● वर्ष ११ ● अङ्क ३ ● कार्तिक २०६६ ● पूर्णाङ्क १२३

सम्पर्क कार्यालयहरु

- **चितवन**, भ.न.पा- २, क्षेत्रपुर
  फोन: ०५६-५२१३८५
- **गोरखा**, सौरपानी–३ पोखरी,
  फोन: ९७४६०१८८७८, ९७४११२७७४५
- **कास्की**, पो.उ.म.न.पा.-१०, रामघाट,
  फोन: ०६१-५३०७८६
- **सर्लाही**, बरहथवा-७, एस्माली टोल,
  फोन: ०४६-५४००११
- **पाल्पा**, तानसेन,
  फोन: ९८४७०-२८१८८
- **ललितपुर**, लगनखेल,
  फोन:२२२००२१
- **गोरखा**, बसपार्क,
  फोन: ०६४-४२०३४८
- **तनहुँ**, दमौली, व्यास गुफा,
  फोन: ०६५-५६१६६२
- **लमजुङ**, बेँसीशहर, भीमसेनटोल
- **भक्तपुर**, कटुन्जे-१,
  फोन: ०१-६२१३४५५
- **काभ्रे**, बनेपा, न.पा. कार्यालय पछाडि
  फोन: ०१-६२२५१७२
- **कास्की**, लेखनाथ चोक,
  फोन: ०६१-२२९१९०
- **सिन्धुली**, रातमाटा,९८४४०४०८९९
- **स्याङ्जा**, स्याङ्जाबजार
  फोन: ९८४६०-४४३५४
- **चितवन**, गौरीगञ्ज
- **सिन्धुपाल्चोक**, बाह्रबिसे
  फोन: ०१-६९१६५९३
- **कास्की**, अर्चलबोट, विन्ध्यवासिनी
- **काठमाडौँ**, पुरानोबानेश्वर,
  फोन: ०१-२१०११२६

पत्रिका व्यवस्थापन समितिद्वारा सम्पादित एवं

***सिद्धाश्रम शक्ति केन्द्रद्वारा* प्रकाशित**

तन्त्र विशेष

मूल्य रु. ३०/-, वार्षिक रु. ३५०/-

जानकारी

सिद्धाश्रम शक्ति केन्द्र प्रचलित नेपाल कानूनअनुसार विधिवत् रूपमा दर्ता भएको एक अनुसन्धानमूलक आध्यात्मिक संस्था हो र यसको केन्द्रीय कार्यालय हाल बसुन्धरा, कल्की मन्दिरसँगै काठमाडौँमा रहेको छ । परमपूज्य सद्गुरुदेवद्वय परमहंस स्वामी श्री निखिलेश्वरानन्द महाराज एवं नेपालीहरूका गर्वका प्रतिमूर्ति महायोगी श्री शिव गोरक्षको अनुकम्पा, कृपा एवं आशीर्वादको फलस्वरूप यस केन्द्रको जन्म भएको हो । आफ्नो छुट्टै पहिचान, स्वतन्त्र अस्तित्व एवं आफ्नै किसिमको स्वाभिमान बोकेको यो संस्था देश विदेशमा रहेका अन्य कुनै संघ, संस्था वा आश्रमको शाखा, उपशाखा वा सम्पर्क कार्यालय नभएको व्यहोरा सम्बन्धित सबैका लागि जानकारी गराइएको छ । यो केन्द्र महान् गुरुहरूको स्पष्ट सूक्ष्म मार्गनिर्देशनमा आध्यात्मिक युग पुनर्निर्माणको लक्ष्यमा गतिशील छ । यहाँ संचालन भइरहेका सम्पूर्ण कार्यक्रम तथा गतिविधिहरू यसै केन्द्रमार्फत सोझै निर्देशित छन् । यहाँबाट उपलब्ध हुने सम्पूर्ण सामग्रीहरूको प्राण-प्रतिष्ठा विशेषरूपमा यही आश्रमबाट गरिएको हुन्छ । त्यसैले एक स्वतन्त्र र आफैमा सक्षम यस संस्थालाई अन्य कुनै संघ, संस्था वा आश्रमसँग तुलना गर्न खोज्नु, त्यस्तै प्रकारका कुराहरू यहाँबाट लागू गराउन, प्राप्त गर्न खोज्नु यस संस्थाको अवहेलना गरे सरह हुनेछ जे जति कार्यक्रमहरू यहाँ संचालन भइरहेका छन् र आगामी दिनहरूमा पनि संचालन हुँदै जानेछन्, ती सबै परमपूज्य सद्गुरुदेवहरूकै इच्छा एवं निर्देशनअनुसार सम्पन्न हुनेछन् । त्यसैले अनावश्यक तर्क-वितर्क, शङ्का-उपशङ्का गरी, भ्रम फैलाउँदै यस संस्थाको छविमाथि अनावश्यक टीका-टिप्पणी गर्नु सत्यता र वास्तविकतामाथि नै प्रश्नचिह्न लगाउनु हो । प्रत्येक व्यक्तिका लागि आवश्यक पर्ने सम्पूर्ण प्रकारका मार्गनिर्देशन प्रदान गरी भौतिक समस्याहरूको समाधान गर्दै आध्यात्मिक उच्चता प्रदान गर्न, पूर्णतामा लैजान यो केन्द्र सक्षम छ । विश्वास अविश्वासभन्दा माथि, साधारण व्यक्तिको सीमित सोचाइ, विचार र कल्पनाभन्दा परको यस अद्वितीय आश्रममा आबद्ध भई आफ्नो जीवनलाई उत्कर्षमा पुऱ्याउन सक्नु नै हाम्रो अहोभाग्य हुनेछ । यस्ता प्रकारका अनावश्यक भ्रमबाट सतर्क हुँदै पूर्णरूपमा स्पष्ट भएर मात्र अघि बढ्न हुन सम्पूर्ण महानुभावहरूमा सिद्धाश्रम शक्ति केन्द्र हार्दिक अनुरोध गर्दछ । साथै केन्द्रको आफ्नै प्रकारको नीति, नियम र अनुशासन भएकोले यसलाई पालना गर्न नसक्ने व्यक्तिहरूका लागि यस केन्द्रमा कुनै स्थान रहने छैन र यससम्बन्धी कुनै किसिमको सुनुवाइ पनि नहुने व्यहोरा अवगत गराइएको छ । साथै, आध्यात्मिक शक्ति अनुसन्धानमूलक यस मासिक पत्रिकामा प्रकाशित लेख, रचना, चित्रादिमा संस्थाको सहमति हुन आवश्यक नरहेको व्यहोरा अवगत गराइन्छ ।

परामर्श सेवासम्बन्धी सूचना

सिद्धाश्रम शक्ति केन्द्रमा परामर्श सेवासम्बन्धी प्राप्त सुविधा निम्नानुसार रहेको जानकारी गराइन्छ ।

स्थान	समय	बार
केन्द्रीय कार्यालय	साँझ ४:३० बजेपछि	सोमवार र मङ्गलवार
ललितपुर सम्पर्क कार्यालय	दिउँसो ४:०० बजेपछि	मंगलवार र बिहीवार
भक्तपुर सम्पर्क कार्यालय	दिउँसो ४:०० बजेपछि	शनिवार र बुधवार
बनेपा सम्पर्क कार्यालय	दिउँसो ४:०० बजेपछि	प्रत्येक आइतवार

आश्रमका नियमित कार्यक्रमहरू

- आश्रम खुल्ने समय : प्रत्येक दिन बिहान १०:०० बजेदेखि साँझ ६:०० बजेसम्म ।
- गोरक्ष निखिल पुस्तकालय खुल्ने समय : प्रत्येक दिन १०:०० बजेदेखि साँझ ५:०० बजेसम्म ।
- परामर्श सेवासम्बन्धी भेटघाट : अपराह्न ३:०० बजेपछि ।
- आरती : प्रत्येक साँझ ५:०० बजे ।
- गुरु पूजन : प्रत्येक बृहस्पतिवार बिहान १०:०० बजेदेखि ।
- विशेष गुरु पूजन : प्रत्येक अंग्रेजी महिनाको २१ तारीख, बिहान १०:०० बजेदेखि ।
- आध्यात्मिक शक्ति अनुसन्धानमूलक नेपालको एक मात्र मासिक पत्रिका 'गोरक्ष निखिल वाणी'को नियमित प्रकाशन ।
- विभिन्न चाड-पर्व एवं अवसरहरूमा विशेष कार्यक्रम ।
- विशेष हवन: प्रत्येक महिनाको पहिलो सोमवार श्री शिव गोरक्ष हवन, पहिलो मङ्गलवार तान्त्रोक्त वटुक भैरव हवन, पहिलो बुधवार तान्त्रोक्त महालक्ष्मी हवन र पहिलो बिहीवार तान्त्रोक्त बगलामुखी हवन कार्यक्रम संचालन ।

आवरण तथा भित्री कम्प्युटर सेटिङ्ग
सिद्धाश्रम शक्ति केन्द्र, कम्प्युटर उपविभाग

मुद्रण
भेराइटी प्रिन्टर्स प्रा.लि.
कुलेश्वर, काठमाडौं ।

पत्रिकाको कार्यालय
बसुन्धरा, कल्की मन्दिर, काठमाडौं, नेपाल
फोन नं: २०७१२००,२१००१५३, **पत्रिका वितरण फोन नं:** ०१-६२२५१७७ (CDMA Phone), URL: www.gnv.org.np, Email: info@gnv.org.np

आफ्नै कुरा

आजको देश, काल, परस्थिति विभिन्न आरोह अवरोहबीच गुज्रिरहेको छ। कतै प्राकृतिक विपत्ति त कतै राजनैतिक अस्थिरता। यस्तै-यस्तै विषम परिस्थितिले देश जलिरहेको छ। व्यक्तिहरु अस्थिरता, अन्यौल आदिमा गुज्रिन बाध्य छन्। राजनैतिक अस्थिरताले गर्दा सामाजिक जनजीवन पनि अस्थिर बन्न पुगेको छ। समाजले स्पष्ट दिशा पाएको छैन। राजनैतिक पार्टीहरु पनि स्पष्ट मार्गको अभावमा गुमराहमा परिरहेका छन्। देश र जनताभन्दा स्वार्थपूर्ति एवं पार्टीगत संकुचितताका कारण असफल भइरहेका छन्। चाहे व्यक्ति हुन् वा कुनै संघ-संस्था अथवा राजनैतिक पार्टी जबसम्म संकुचित दायराबाट माथि उठ्न सक्दैनन्, देश र जनताको कल्याणका लागि सोच्नेतर्फ जबसम्म अग्रसर हुँदैनन् तबसम्म सफलताका सिँढीहरु चढ्न सकिन्न। त्यसैले व्यक्तिगत स्वार्थ, दलीय स्वार्थभन्दा माथि उठी आवश्यकतानुरुपको त्याग गर्न सक्ने कलाको विकास गर्न सक्नुपर्दछ। तब मात्र व्यक्ति, संस्था वा कुनै पार्टीले सफलता प्राप्त गर्न सक्दछ।

आध्यात्मिक क्षेत्रमा तन्त्रको आफ्नै गरिमामय स्थान रहँदै आएको छ। तन्त्र मानव कल्याणका लागि एक सहज र सरल विधिको रुपमा स्थापित महाविज्ञान हो। समाजका धेरै व्यक्तिले तन्त्रको विराटता, यसको उच्चता एवं गरिमामय उपलब्धिहरुको बारेमा नबुझेका कारण तन्त्रलाई हेर्ने दृष्टिकोणमा फरक धारणा राखेको पाइन्छ। तन्त्र कुनै डरलाग्दो विषय नभई यो त एउटा व्यवहारिक ज्ञानको भण्डार हो, जीवनलाई, समाजलाई, राष्ट्रलाई व्यवस्थित बनाउने शास्त्र हो। तन्त्र वास्तवमा एक पद्धतिको नाम हो जसले व्यक्तिलाई व्यवस्थित बनाउँदै भोग एवं मोक्षको द्वारसम्म पुऱ्याइदिन्छ।

तन्त्रलाई सामान्य अर्थमा व्यवस्थित बनाउने, त्यसलाई सही रुपमा चलाउने भन्ने बुझिन्छ। व्यवहारमा पनि समाजमा तन्त्र जोडिएका धेरै शब्दहरु प्रयोग भइरहेका हुन्छन्। जस्तैः स्वतन्त्र, प्रजातन्त्र, लोकतन्त्र, अर्थतन्त्र आदि। प्रजालाई व्यवस्थित पार्नेलाई प्रजातन्त्र, लोकलाई व्यवस्थित पारी नेतृत्व दिनेलाई लोकतन्त्र, अर्थलाई व्यवस्थित पार्नु अर्थतन्त्र हुन्। तर आफैले आफैलाई व्यवस्थित गर्न नसक्ने हामीले प्रजातन्त्रको कुरा गरेका हुन्छौं, प्रजालाई व्यवस्थित गर्न नसक्नेहरु प्रजातन्त्रका पक्षधर बनेका हुन्छन्। भगवान् राम, कृष्ण, बुद्ध आफ्ना समयका सफल तान्त्रिक थिए। कारण, त्यतिबेला उनीहरुले सारा प्रजालाई सुव्यवस्थित पाराबाट अगाडि बढाएका थिए, त्यसबेला सारा समाजमा एउटा व्यवस्थित रुप थियो, शान्ति, आनन्दका साथ, पूर्णताका साथ आफ्नो जनजीवन आगाडि बढाएका थिए। आजको समयमा पनि पुनः यस्तै दिव्यतम् व्यक्तित्वको अर्थात् कुशल तान्त्रिकको खाँचो भएको छ जसले अव्यवस्थित समाजलाई व्यवस्थित बनाउन सकोस्, अस्थिर र अन्यौल समाजलाई उचित मार्गनिर्देशन गरी स्पष्ट बाटो देखाउन सकोस्। आशा गरौं, त्यस्ता व्यक्तित्वको खाँचो छिटै पूरा हुनेछ, हामी सद्गुरुदेव एवं भगवान्सँग यही प्रार्थना गर्दछौं।

यस पालिको अंकलाई 'तन्त्र विशेष'को रुपमा यहाँहरुसमक्ष ल्याएका छौं। तन्त्रको विराटतालाई यस अंकमा समेट्न खोज्यौं भने त्यो हाम्रो मूर्खतासिवाय केही हुने छैन। त्यसैले तन्त्रका केही पक्षलाई समेटेर यहाँहरुसमक्ष यस अंक ल्याउन सफल भएका छौं। तन्त्रसम्बन्धी शोध, खोज र अनुसन्धानको खाँचो रहेको हामीले पनि महसुस गरेका छौं। त्यसैले आउनुहोस्, तपाईं हामी मिलेर तन्त्रसम्बन्धी खोज अनुसन्धानमा अगाडि बढौं र सत्य तथ्यलाई उजागर गरौं।

अन्तमा, यस अंकमा भए गरेका गल्ती, कमी-कमजोरीहरुका लागि परमपूज्य सद्गुरुदेवहरु एवं आदरणीय पाठकवर्गहरुसँग क्षमायाचना गर्दै आवश्यक सल्लाह, सुझावको अपेक्षा राख्दछौं।

अस्तु।

तन्त्र

तन्त्र महाविज्ञान हो जसमा हजारौँ सिद्धान्तहरू हुन्छन् । यो त जीवनको व्यवस्था हो साथै अभ्यास तथा व्यावहारिक ज्ञानको शास्त्र हो । तन्त्रद्वारा नै यस ब्रह्माण्डमा व्याप्त शक्तिहरू (जसलाई देवता भनिन्छ)लाई आफ्नो अनुकूल बनाई, उनीहरूको शक्तिलाई आकर्षित गरी आफ्नो इच्छाअनुसार सिद्धि प्राप्त गर्न सकिन्छ । तन्त्रको उपासकले आफूभित्रको शक्तिलाई चुम्बकझैं प्रभावशाली एवं तीव्र बनाउँछ । यो विज्ञान मानव शरीरको सूक्ष्म शरीरमा स्थित चक्रहरू र यौगिक ग्रन्थिहरूलाई जागृत गराएर शक्तिशाली बनाउने प्रक्रिया हो । तन्त्रले यो ज्ञान दिन्छ कि मानवले आफूभित्रको परतन्त्रलाई त्यागेर स्वतन्त्र बन्न सक्दछ, आफ्नो शक्तिलाई असीम बिस्तार गर्न सक्दछ र शरीरमा रहेर पनि शरीरबाट मुक्त भई आफूलाई विस्तारित गराउन सक्दछ ।

प्रकृतिको हरेक तत्त्व अर्को तत्त्वसँग सम्बन्धित हुन्छ । हरेक क्रियाको पछाडि एउटा निश्चित आधार हुन्छ र उक्त क्रियाको अवश्य कुनै प्रतिक्रिया हुन्छ । यो परमाणु प्रक्रिया अनवरतरूपमा चलिरहन्छ । पानी बाफ बन्नु, आकाशमा धनात्मक र ऋणात्मक परमाणुको संगम भई वर्षा हुनु,

आँधीबेहरी, भूकम्प, आदि सबै क्रियाहरू एक अर्कामा अन्तरसम्बन्धित छन् । तन्त्र विज्ञान आफूभित्र एउटा विशेष शक्ति जागृत गर्ने प्रक्रिया हो जसद्वारा यस परमाणु व्यवस्था क्रमलाई आफ्नो अनुसार ढाल्न सकिन्छ र यसैलाई सिद्धि भनिन्छ । सबै शक्तिहरूको प्रवाह वातावरणमा प्रत्येक पल भइरहन्छ र जब तपाईंको भित्री शक्ति उक्त बाहिरी शक्तिलाई वशमा राख्न समर्थ हुन्छ तब तपाईँ आफ्नो इच्छाअनुसार कार्य सम्पन्न गर्न सक्नुहुन्छ । यही नै तन्त्र विज्ञान हो जसमा साधकको इच्छा नै सर्वोपरि हुन्छ ।

तन्त्रका दुईवटा मार्ग छन्– एउटा दक्षिणमार्ग र अर्को वाममार्ग । तन्त्रद्वारा आफूभित्रको शक्तिको विकास गरी ईश्वरीय सत्तासँग आफूलाई साक्षात्कार गरेर जीवनलाई पूर्णरूपबाट मुक्त गर्नु दक्षिणमार्ग हो भने शक्तिलाई सांसारिक हर्षपूर्ण उपयोग गर्नु वाममार्ग हो ।

यस महाविज्ञानको दुरुपयोग अधिक मात्रामा भएको छ । जो तन्त्रशास्त्रका वास्तविक ज्ञाता छन्, उनीहरू त यस ज्ञानलाई आफूभित्रको शक्तिलाई जागृत गराई ज्ञान मार्गको विकास गरी आन्तरिक चक्रहरूलाई जागृत गराएर आत्म-साक्षात्कारबाट जीवन मुक्तिको परमानन्दको अवस्थामा पुग्दछन् । तर यस विज्ञानलाई पूर्णरूपले नबुझ्ने एवं वाममार्गतिर मात्र ध्यान दिने तान्त्रिकहरूद्वारा अन्य व्यक्तिलाई पीडा दिने, यस महाविज्ञानको बारेमा भ्रम फैलाउने कार्य भएको छ । यसकारण गलत प्रकारबाट शक्तिको जागरण भएको छ जसबाट अरूलाई केही पीडा दिए पनि अन्त्यमा उक्त तान्त्रिक भनाउँदाहरूलाई पनि पीडा हुन्छ र यस्ता तान्त्रिकको जीवन अत्यन्तै खराब हुन्छ ।

व्यक्तिको चिन्तन सधैँ राम्रो कुरामा भन्दा नराम्रो कुरामा पहिले जान्छ । यसप्रकारको चिन्तन कुनै उच्च भावद्वारा गरिएको हुँदैन जसले लाभको सट्टा हानि पुर्‍याउँछ । तन्त्र भन्नाले अदृश्य लोक एवं ग्रन्थिहरूलाई जागृत गराएर तिनीहरूलाई आफ्नो अनुकूल बनाउनु हो । यस प्रक्रियामा जब शक्तिहरू जागृत हुन्छन् तब सर्वप्रथम यसलाई प्रयोग (जागृत) गर्ने व्यक्तिमा तिनीहरूको प्रभाव पर्दछ । उक्त समयमा यदि साधक भयरहित भयो भने यी शक्तिहरू उसको वशमा रहन्छन् र ऊ सबै कार्यहरू गर्न सक्षम हुन्छ ।

त्यसकारण यदि साधक भयरहित छ भने, ऊसँग यथेष्ट साधन छ भने र उसलाई प्रक्रियाको पूर्ण ज्ञान छ भने यो निश्चित छ कि तन्त्रभन्दा अधिक सरल शक्ति विकासको कुनै विज्ञान नै छैन ।

वास्तविक तन्त्र विज्ञानलाई गोप्य राख्ने सम्बन्धमा हरेक शास्त्रमा उल्लेख गरिएको छ । यदि यस साधनाको श्रेष्ठ उपयोग छ भने त हरेक ठाउँमा यसको प्रचार हुनुपर्ने हो । तर यस्तो भइरहेको छैन किनकि वास्तविक तन्त्र विज्ञान त श्रेष्ठ गुरुहरूद्वारा आफ्ना शिष्यलाई मौखिकरूपबाट बताइन्छ । गुरुहरूले आफ्ना शिष्यलाई यसको अभ्यास गराएर उसलाई सिद्धिसँग साक्षात्कार गराई यो वचन लिन्छन् कि अब तिमीहरूले

यो ज्ञान कुनै योग्य व्यक्तिलाई मात्र दिनेछौ । यो भन्नुपछाडि उनीहरूको भावना शुद्ध थियो कि कुनै कुपात्रको हातमा यो विज्ञान नपरोस् ।

योग्य एवं बुद्धिमान व्यक्तिले कुनै पनि कार्यलाई आफू स्वयंले हेरेर, बुझेर धैर्यताका साथ राम्रो वा नराम्रो ठहर गर्दछ न कि अरूले भनेको आधारमा । तन्त्रमा जब वाममार्ग ज्यादै प्रचलित हुन गयो र जब गलत उद्देश्यका लागि तन्त्र साधना गर्नेहरूलाई सफलता मिलेन तब उनीहरू तन्त्रको प्रखर आलोचक बने र उनीहरूले नै यस सम्बन्धमा भ्रान्ति फैलाउँदै आए ।

तन्त्र त शक्तिको स्रोत हो । अनि यस विज्ञानमा सिद्धि प्राप्त गरेर भौतिक बाधाहरूबाट मुक्ति प्राप्त गर्न सकिन्छ । यसद्वारा अरूलाई प्रभावित गर्न, उसका गतिविधिलाई आफ्नो इच्छाअनुसार मोड्न सकिन्छ । अनिष्ट ग्रह, भूत-प्रेतबाधा, लागू लगान इत्यादिको उपचार तन्त्रद्वारा गर्न सकिन्छ । मानसिक तनाव, असहनीय वेदना तथा अन्य शारीरिक अवस्थालाई निराकरण गर्नका लागि पनि तन्त्र सहायक हुन्छ । तन्त्रको क्षेत्रमा वशीकरण, मारण, उच्चाटन, सम्मोहन, दृष्टिबन्ध, प्रेतविद्या, अदृष्य वस्तुलाई देख्ने, भविष्यज्ञान, आकर्षण, मोहन, शत्रुघात-प्रतिघात आदि क्रियाहरू सम्मिलित हुन्छन् । वास्तवमा तन्त्र आत्मकल्याणको मार्ग हो जससँग जीवनसँग सम्बन्धित र जीवनभन्दा पनि परका सबै विषयहरू सम्मिलित छन् । ईश्वरप्रदत्त जीवनलाई श्रेष्ठरूपबाट आफूभित्र सृजनात्मक शक्तिको जागरण गरेर, यी शक्तिहरूको उपयोग गरेर कर्मलाई प्रधानता दिँदै आफ्नो जीवनलाई पूरापूर उपयोग गर्नुपर्दछ । यसैमा मानव जीवनको सार्थकता एवं सफलता निहित छ । जय गुरुदेव !

तान्त्रिक पंचमकार रहस्य

वाममार्गको तन्त्रमा पंचमकार अर्थात् मद्य, मांस, मीन, मुद्रा र मैथुनको विशेष स्थान छ ।

कुलार्णव तन्त्रमा लेखिएको छ–

मद्यं मांसं च मीनं च मुद्रा मैथुनमेव च ।
मकारपंचकं प्रादुर्योगिनां मुक्तिदायकम् ॥

अर्थात् मद्यपान, मासु, माछा, मुद्रा र मैथुन- यी पाँच मकारले नै योगीहरूलाई पूर्ण सिद्धि एवं मुक्ति प्रदान गर्दछन् ।

यदि सामान्यरूपबाट यसको व्याख्या गरियो भने यो त असम्भवताको स्थिति स्पष्ट हुन्छ । यसप्रकारका क्रियाहरूलाई उपयोगमा ल्याउने व्यक्ति असामान्य व्यक्ति नै मानिन्छ किनकि मद्य र मांस तामसिक प्रकृतिका पदार्थहरू हुन् र यिनीहरूको प्रयोगबाट तमोगुणको वृद्धि हुन्छ जबकि तन्त्रको ज्ञानबाट त सिद्धि र मुक्ति प्राप्त हुनुपर्दछ । यही मूल विन्दु हो जसको व्याख्या आवश्यक छ । केवल शाब्दिक अर्थतिर गएर तन्त्र शास्त्रलाई गलत दृष्टिबाट हेर्नु, दुराचारको मार्ग मान्नु उचित होइन ।

मद्य (मदिरा)

'योगिनी तन्त्र' मा स्पष्ट गरिएको छ कि मदिराको तात्पर्य हो शक्तिदायक रस । अर्थात् शिव र शक्तिको संयोगबाट जुन महान् अमृततत्त्व उत्पन्न हुन्छ, त्यो नै मदिरा हो जुन द्रव कुण्डलिनीमा ब्रह्मरन्ध्र-सहस्रदलबाट स्रावित होस् । मदिराको दिव्य स्वरूपको बारेमा शास्त्रमा लेखिएको छ-

जुन सहस्रार पद्मरूपी पात्रमा भरी होस् र चन्द्रमाको कला तत्त्वबाट श्रावित होस्, त्यही नै पिउन योग्य सुरा अर्थात् मदिरा हो । यसलाई पिउनाले अशुभ कर्महरूको प्रवाह नष्ट हुन जान्छ तथा साधकले परमतत्त्व ज्ञान प्राप्त गरेर मुक्ति प्राप्त गर्दछ । यस्तो व्यक्ति नै योगी, मुनि बन्न सक्दछ । यसप्रकारको मदिरा सेवन गर्नाले आत्मतत्त्व शक्तिशाली भएर कुण्डलिनी जागरण सम्भव हुन सक्दछ ।

मांस

मासु तान्त्रिक साधनाहरूमा बलिस्वरूपबाट प्रयोगमा ल्याइन्छ । मूलरूपबाट साधनामा पशुबलिको उल्लेख छँदैछैन । मासुको तात्पर्य शरीरका तत्त्वहरू हुन् र यी तत्त्वहरू मूलरूपबाट लवण, अदुवा, लसुन, तिल र गहुँको बाला हुन् । यसैलाई साधना, यज्ञ, होममा बलिस्वरूप चढाउनु उचित हुन्छ ।

योगीनी तन्त्रमा लेखिएको छ–

'मां' शब्द सबै प्रकारका रसप्रिय वस्तुहरूको स्वरूप हो र जो साधक यी सबैलाई बलि दिएर, त्यागेर यिनीहरूको हवन गर्दछ र यिनीहरूमा संयम अपनाउँछ, उही साधक आफ्नो साधनारूपी खड्गबाट यो बली दिएर पूर्णता प्राप्त गर्न सक्दछ र त्यही साधक नै मांसाहारी हो ।

मीन (मत्स्य)

मीन अर्थात् माछा तान्त्रिक क्रियाहरूका मन्त्रहरूमा विशेषरूपबाट आउँछ । यसलाई केवल माछा मानिएको छ, तर मूलरूपबाट यसको तात्पर्य हो कि जब हामी कुनै प्रकारको तान्त्रिक क्रिया सम्पन्न गर्दछौं तब छ प्रकारका माछाहरू अहंकार, दम्भ, मद, पशुता, मत्सर र द्वेष शरीरमा विचरण गर्दछन् । यी छ प्रकारका दोषहरू नष्ट गरेर आफूले आफैलाई शुद्ध गर्दै देवताको आराधनामा समर्पित हुनुपर्दछ ।

केवल माछाको मासु खानाले यदि तान्त्रिक क्रियाहरू सम्पन्न हुने भए त शायद आज आधाभन्दा बढी नेपाली तान्त्रिक हुन्थे होलान् । तन्त्र शास्त्रमा त सांकेतिक तथा लाक्षणिक शब्द दिइएको हुन्छ । यिनीहरूको व्याख्या गरेर मूल भाव, मूल मर्म सम्झनु आवश्यक छ । साधकको शरीर पनि जलस्वरूप नै हो । यसमा पनि श्वास र प्रश्वास दुई मत्स्य छन् जसलाई साधकले प्राणायामद्वारा रोकेर कुम्भक गर्दछ । वास्तवमा ऊ नै मत्स्य साधक हो ।

मुद्रा

केवल उपासना तथा साधनामा मात्र होइन, यद्यपि अन्य रूपबाट पनि मुद्राको विशेष महत्त्व रहेको छ । मुद्राको तात्पर्य हो आन्तरिक भावलाई प्रकट गर्नु । साधनाकालमा साधक जुन साधना गरिरहेको छ, त्यस समय आफ्नो मनको भावलाई आफ्नो इष्टसमक्ष वार्ताका निमित्त कुन रूपबाट प्रकट गर्दछ, त्यही मुद्रा हो किनकि हृदय एवं मनको भावलाई बाह्य अंगद्वारा प्रकट गर्न सकिन्छ । जब हात, औंला र गोडाको सहायताबाट यी मुद्राहरू बनाइन्छ, तब यी मुद्राहरूले आन्तरिक भावको रूप लिन पुग्दछ । साधनाहरूमा प्रत्येक प्रकारका कार्यहरूका लागि अलग-अलग मुद्राहरू हुन्छन् ।

मैथुन

मैथुनको तात्पर्य हो मिल्नु तथा सम्भोग । यस सम्भोग प्रक्रियाको प्रत्येक तन्त्र साधनामा विशेष स्थान छ । तर के सम्भोगको अर्थ स्त्री र पुरुषको मिलन नै हो त ? के तान्त्रिक प्रक्रियामा स्त्रीसँगको मिलन अनिवार्य छ त ? छैन, कदापि छैन ।

स्त्रीको तात्पर्य हो कुण्डलिनी शक्ति, जुन हामीभित्र स्थित छ र यसको स्थान मूलाधार हो । सहस्रारमा शिवको स्थान छ । यसै शिव र शक्तिको मिलनलाई नै मैथुन भनिन्छ । साधनाको प्रक्रियाद्वारा आफ्नो शरीरलाई हामीले त्यस स्थितिसम्म पुऱ्याउन सकौं कि शक्ति तत्त्व पूर्णरूपबाट प्राप्त होस्- त्यो नै वास्तविक मैथुन हो ।

तन्त्रलाई बुझौं

तन्त्र शब्दसँगै भयभीत हुने हाम्रो समाजमा तन्त्रलाई नै मूल आधार बनाएर आश्रम सञ्चालन गर्नु, तान्त्रिक ध्यान, तान्त्रिक साधना, तान्त्रिक हवनजस्ता कार्यक्रमलाई खुलारुपमा समाजमा लैजानु, तन्त्र शक्तिकै आधारमा व्यक्तिका भौतिक एवं आध्यात्मिक समस्याहरुको समाधान प्राप्त गर्नु, तान्त्रिक हिलिङको माध्यमबाट विभिन्न असाध्य रोगहरुको समेत उपचार गर्नु र अझ त्यसभन्दा पनि एक कदम अगाडि बढेर मन्त्र तन्त्र यन्त्र विज्ञानसम्बन्धी मासिक पत्रिका गोरक्ष निखिल वाणीलाई दश वर्षसम्म निरन्तरता दिनु हाम्रा लागि कम चुनौतीपूर्ण रहेनन्। वैदिक साधना र वैदिक पद्धतिलाई मात्र आत्मसात् गर्दै आइरहेको हाम्रो समाजमा तन्त्रलाई पुनर्स्थापित गराउनु आफैमा एउटा कठिन कार्य हो किनकि एकातिर तन्त्र मन्त्रलाई आफ्नो मात्र पेवा ठान्ने वर्गलाई यसबाट अप्ठेरो महसुस भइरहेको छ भने अर्कोतर्फ भित्रभित्र तन्त्रको प्रयोग गर्ने र बाहिर तन्त्रको विरोध र बदनाम गर्ने वर्गका लागि पनि हाम्रो यो कार्य गाँसमा लागेको ढुङ्गा बनिरहेकै छ। जसले जे भने पनि, जस्तो सोचे पनि हामी तन्त्रको वास्तविकतालाई समाजसामु खुलारुपमा उजागर गर्नका लागि प्रतिबद्ध छौं।

तन्त्र न त ठगी खाने भाँडो हो, न त डराउनुपर्ने हाउगुजी नै हो। यो त एउटा प्रणाली हो, पद्धति हो, व्यवस्था हो। यसको बारेमा बुझाउनेले नबुझाइदिंदा र जिज्ञासुले पनि कुरोको चुरो पत्तो लाउन नसक्ता मात्र यो हाउगुजी बनेको छ। व्यवस्थासँग किन डराउने? प्रणालीसँग किन भयभीत हुने? सारा संसार नै एउटा प्रणालीमा चलेको छ। परमात्माको प्रणालीमा जीव र जगत् चलेको छ, प्रकृतिको प्रणालीमा सम्पूर्ण संसार चलेको छ र मानव निर्मित प्रणालीमा राष्ट्र, समाज र घर चलेको छ। यी सबै तन्त्र नै त हुन्। के तपाईंलाई तपाईंको घर सञ्चालन गर्ने प्रणालीसँग डर लाग्छ? देश सञ्चालन गर्ने प्रणाली अर्थात् प्रजातन्त्रसँग डर लाग्छ? अवश्य लाग्दैन। एकपटक हेरौं, हामीले थाहा पाएर नपाएर कहाँ-कहाँ तन्त्रको प्रयोग गरिरहेका छौं र तन्त्रले नै हामीलाई चलाइरहेको छ। भन्नुको तात्पर्य हामी जुन देशमा छौं, त्यो देशलाई सुव्यवस्थित पार्ने पद्धतिको नाम प्रजातन्त्र भयो, कर्मचारीलाई सुव्यवस्थित पार्ने पद्धति कर्मचारीतन्त्र भयो। अझ त्यति मात्र होइन, आफूले आफैलाई सुव्यवस्थित पार्ने पद्धति स्वतन्त्र भयो। यही स्वतन्त्रताका लागि मानिसले ज्यान आहुति दिइरहेका छन्। तर विडम्बना, त्यही तन्त्रलाई वास्ता गर्दैनन्। यो आफैमा विचित्रको कुरा छ। जसको सहारामा बाँचिरहेका छौं, जीवनको प्रत्येक कार्यलाई व्यवस्थित गरिरहेका छौं, तर त्यही कुरासँग अपरिचित छौं।

गाउँघरतिर तन्त्रलाई अझै पनि तन्तर भन्ने गरिन्छ। शब्दले बुझाउने आशयले पनि तन्त्रको अर्थ ज्ञात हुन्छ। तन भनेको शरीर र तर भनेको तह लगाउनु हो। तसर्थ जुन प्रणालीले शरीरलाई ठीक ठाउँमा राख्छ, त्यो नै तन्त्र हो, जस्तै पाचनतन्त्र, स्नायुतन्त्र, रक्तसञ्चारतन्त्र। जताततै तन्त्रैतन्त्र छ, तर हामी अनभिज्ञ छौं। अझै तन्त्रसँग भाग्न खोज्छौं र भन्छौं तन्त्र मन्त्रबाट त बहुलाइन्छ। त्यसो भए तपाईं हाम्रा सम्पूर्ण शरीर तन्त्रले चलाइरहेको छ, के हामी बहुलाएका छौं त? देशलाई र सम्पूर्ण विश्वलाई नै तन्त्रले चलाइरहेको छ। सबै बहुलाएका हुन् त? कहिलेकाहीँ शब्दको गलत व्याख्या भइदिंदा र त्यसको दुरुपयोग हुँदा समाज गुमराहमा पर्ने गर्छ। जे अपनाउनुपर्ने हो, त्यो छोड्न थाल्छ र जे छोड्नुपर्ने हो, त्यो अपनाउन थाल्छ। तन्त्रसँग पनि यही व्यथा लुकेको छ। त्यसैले तन्त्रलाई बुझौं, तन्त्रलाई चिनौं र यसलाई जीवनको अभिन्न अङ्ग बनाऔं। जय गुरुदेव !

तन्त्र कति उपयोगी कति विज्ञानसम्मत ?

'तन्त्र' शब्दको मूल अर्थलाई केलाउनु पर्दा 'शास्त्र' भन्ने अर्थबोध हुन्छ। शास्त्र त्यो हो जसबाट ज्ञानको विस्तार हुन सक्दछ। केवल ज्ञानको विस्तार गर्ने मात्र नभई आफ्नो अनुशरण गर्ने व्यक्तिहरूको रक्षक पनि हो शास्त्र।

'तन्त्र' शब्दको व्यापक अर्थ हो– शास्त्र, सिद्धान्त, अनुष्ठान, विज्ञान, विज्ञानविषयक ग्रन्थ आदि। विभिन्न ग्रन्थकारहरूले यस शब्दको प्रयोग उपर्युक्त विभिन्न विषयहरूको निमित्त गरेका छन्। लोकव्यवहारमा 'तन्त्र' शब्दको प्रयोग मन्त्र-कीलक-कवचसँग सम्बन्धित साहित्य, रहस्यमय एवं चमत्कारपूर्ण प्रयोग र देवी, भैरव आदि देवताहरूको पूजाका विधि-विधान लेखिएका ग्रन्थहरूको निमित्त गरिएको पाइन्छ।

अध्यात्मको गौरवशाली इतिहासलाई दुई भागमा विभाजन गर्न सकिन्छ– आगम र निगम। सामान्यतया आगम तन्त्रका लागि र निगम वेदहरूका लागि प्रयुक्त हुन्छ। वेदको महत्ता त सर्वविदित छ नै। तन्त्र पनि अत्यन्तै महत्त्वपूर्ण उच्चकोटिको श्रेणीमा गनिन्छ। आगम शब्द पहिले वेदहरूका लागि प्रयुक्त गरिन्थ्यो तर जब तन्त्रको आविर्भाव भयो तब वेद निगम र तन्त्र आगमअन्तर्गत हुन गयो। जसरी वेद ईश्वरको वाणी मानिन्छ त्यसरी नै तन्त्र पनि भगवान् विष्णु, शिव, देवीको वाणी हो र यिनै देवताहरूका नामबाट यसलाई जानिन्छ। वेदका कर्म, उपासना र ज्ञान गरी तीन विषय प्रसिद्ध छन् तर यिनमा यी विषयहरूको संक्षिप्तरूपमा मात्र वर्णन गरिएको छ। तन्त्रहरूमा सर्वसाधारणले पनि बुझ्न सकियोस् भनेर यसै विषयलाई सरलरूपमा युगानुसार विस्तारपूर्वक वर्णन गरिएको छ। वेदका समस्त विषय तन्त्रमा पाइन्छन्। तन्त्रको महत्त्वलाई दर्शाउँदै 'मत्स्यसूक्त'मा उल्लेख भएको पाइन्छ कि जसरी वर्णमा ब्राह्मण, देवीहरूमा दुर्गा, देवताहरूमा इन्द्र, वृक्षहरूमा पीपल, पर्वतहरूमा हिमालय, नदीहरूमा गंगा र अवतारहरूमा विष्णु श्रेष्ठ छन्, त्यसरी नै शास्त्रहरूमा तन्त्र श्रेष्ठ छ।

यसरी अध्यात्म साहित्यमा 'तन्त्र'को विशिष्ट स्थान छ। यो अध्यात्मविज्ञानको एउटा यस्तो शाखा हो जसको अवलम्बन गरेर सर्वथा सामान्य व्यक्ति पनि सांसारिक स्तरभन्दा माथि उठेर क्रमश: उच्च जीवनमा प्रविष्ट गर्न सक्दछन्। तन्त्रको उद्देश्य साधकलाई निम्नगामी प्रवृत्तिहरूमा अल्झाउनु होइन बरु उसलाई एउटा यस्तो सुव्यवस्थित मार्ग सुझाउनु हो जसबाट उसले जीवनमा केही यस्तो श्रेष्ठ र आदर्शयुक्त कार्य गर्न सकोस्।

जसरी प्रत्येक उच्च र उपयोगी सिद्धान्त एवं सम्प्रदायहरूमा कालान्तरमा अनेकौं विकार र दोष उत्पन्न हुन जान्छन् त्यसरी नै तन्त्र मार्गको पनि अधिकांशमा रूपान्तरण हुन गयो र साधारणजनले यसलाई मारण, मोहन, वशीकरणजस्ता निकृष्ट, दूषित कार्यहरूको नै साधन सम्झन लागे। तर आफ्नो मूलरूपमा तन्त्रको उद्देश्य यही हो– जसले घर गृहस्थलाई त्यागेर दीर्घकालीन तप र वैराग्यद्वारा आत्मसाक्षात्कार गर्नमा असमर्थ छन्, उनीहरूले आध्यात्मिक दृष्टिले उन्नति गर्न सकून्। यस कुरालाई स्पष्ट गर्दै तन्त्रशास्त्रमा भनिएको छ– 'जहाँ भोग छ त्यहाँ मोक्ष छैन र जहाँ मोक्ष छ त्यहाँ भोग छैन, तर जो मनुष्य भगवती महाशक्तिको सेवामा संलग्न छ, उसलाई भोग र मोक्ष दुवै नै सहज साध्य छन्।'

जब तन्त्रशास्त्रको प्रचार उच्च शिखरमा थियो, साधकहरूले यसबाट अनेकौं प्रकारका असाधारण सिद्धिहरू प्राप्त गर्दथे जुन आज सर्वथा असम्भव लाग्दछन्। प्राचीनकालका साधकहरू तन्त्रबाट ठूलठूला लाभ उठाउँथे। रावण र अहिरावण हजारौं मील टाढा बसेर पनि वैज्ञानिक यंत्रबिना एकआपसमा वार्ता गर्दथे। नल-नीलले पानीमा तैरिने पत्थरबाट पुल बनाएका थिए। हनुमान् लामखुट्टेजस्तो सानो बन्न सक्दथे र ठूलो पर्वतखण्डलाई उठाउने सामर्थ्य पनि राख्दथे। सुरसा आफ्नो शरीरलाई विशाल बनाउन सक्दथे। मारीच मनुष्य शरीरलाई पशुको शरीरमा परिवर्तित गर्दथे। बिना पेट्रोल आकाशमा उड्ने वायुयान त्यतिबेला उपलब्ध थियो, वरुण-अस्त्रद्वारा जलको वर्षा हुन्थ्यो, आग्नेयास्त्रद्वारा चारैतिर अग्निको मुस्लो उठ्थ्यो, नागपाशको कसाइ फलामको मोटो डोरीभन्दा पनि सुदृढ थियो। सम्मोहनशास्त्रद्वारा व्यक्तिलाई मूर्छित गरिन्थ्यो। आज यो विद्या लुप्त भयो, यसलाई केवल ग्रन्थहरूमा मात्र पढ्न सकिने भएको छ।

तन्त्र साधनाहरूको लक्ष्य बडो विस्तृत छ । वशीकरण, मारण, मोहन, उच्चाटन, दृष्टिबन्ध, परकाया प्रवेश, सन्तान सुयोग, आकर्षण, मोहन मन्त्र, घात-प्रतिघात आदि साधनाद्वारा अरूको मनलाई प्रभावित गर्न सकिन्थ्यो र अरूको गतिविधिलाई आफ्नो इच्छानुसार मोड्न सकिन्थ्यो । निर्बल मन, शरीरका व्यक्तिहरूलाई स्वस्थ बनाउन सकिन्थ्यो । बिच्छी एवं सर्पदंश तथा विषालु खटिराहरूको समाधान पनि तन्त्रद्वारा मिल्दथ्यो । अनिष्टग्रह, भूतोन्माद, नजर लाग्ने आदिको उपचार तन्त्रद्वारा हुन्थे । मानसिक उद्वेग, असहनीय वेदना र अन्य शारीरिक अव्यवस्थाहरूमा तन्त्र सहायकसिद्ध हुन्छ । मैस्मरिजम र हिप्नोटिजमद्वारा पनि यस्तै कार्य गरिन्छन् । तन्त्रद्वारा यिनीहरूको भन्दा धेरै बढी शक्ति उपार्जित गर्न सकिन्छ र त्यसबाट महत्त्वपूर्ण लाभ उठाउन सकिन्छ ।

कुनै बेला तन्त्रको यति विशाल साहित्यको निर्माण भएको थियो जसको कल्पनासम्म पनि आज गर्न सकिन्न । तन्त्रहरूमा नै उल्लेख भएको पाइन्छ कि प्राचीनकालमा चौध हजार तन्त्र ग्रन्थ प्रचलित थिए जसमा सबै विद्याहरूको समावेश थियो । यसलाई अभ्यास तथा व्यावहारिक ज्ञानको शास्त्र मानिन्छ जसले जीवनको परतन्त्रतालाई समाप्त गरेर स्वतन्त्रताको द्वारलाई खोल्दछ । जुन सुदृढ बन्धनमा व्यक्ति बाँधिएको छ त्यसलाई यसले खोल्दछ र ईश्वरीय सत्ताको सर्वोच्च स्थानमा ल्याएर उभ्याउँछ । तन्त्रको लक्ष्यतिर संकेत गरेर मनीषिहरूले भनेका छन्– 'ईश्वरको सृजनात्मक शक्तिको जागरण, यो शक्तिलाई खोजेर कार्य गर्ने, आफ्नो देवत्वको पहिचान र आफ्ना चारैतिरको दृष्टिमा विशालतर देवत्वको आलिंगन गर्नु नै त्यो आदेश हो जसलाई समस्त आगमले उद्घोषित गर्दछन् । आत्मिक विज्ञानका सिद्धान्तहरूलाई क्रियारूप दिनु नै तन्त्रशास्त्रको कार्य हो । विभिन्न प्रकारका साधनाहरूको विधि-विज्ञानको मार्गदर्शन नै तन्त्रको मुख्य कार्य हो ।'

तन्त्रपद्धतिमा लुकेको अर्थलाई बताउँदै महर्षि अरविन्दले भनेका छन्– 'भारत भूमिको आत्माको क्रमश: विस्तारशील राज्यमा यो एउटा महत्त्वपूर्ण विकास शिखर थियो । वैदिक ऋषिहरूले एउटा आन्तरिक अनुशासन र धर्म विकसित गरेका थिए र यसलाई पूर्ण बनाए जुन मूलरूपमा सहज बोधमा आश्रित र प्रतीकात्मक थियो र त्यस युगको अकृत्रिम विशुद्ध मानवतानुरूप थियो । उपनिषद्मा यस प्रारम्भको प्रयासको उल्लेख मिल्दछ जसमा मानवले आफ्नो विभिन्न स्तरहरूमा आलोकित बुद्धिको उच्चस्तरदेखि तल्लो स्तरसम्मलाई उठाउँदछ, त्यसमा आत्माको ज्योतिको प्रकाश हाल्दछ । यो एउटा प्रणाली हो जुन स्मृतिहरूको युग हुँदै अगाडि बढेर दर्शनमा आफ्नो पूर्णतासम्म पुग्यो । तान्त्रिक साधनाले भगवान्को विषयमा अझै बलियो दावा गर्दछ । यसले मानवको संवेदनशील र सक्रिय भागहरू, हृदय, संकल्प र जीवन सत्तालाई पनि लिन्छ र उनीहरूलाई आत्माको ढाँचानुरूप विकसित गर्ने प्रयत्न पनि गर्दछ । त्यसैले तन्त्र राष्ट्रको प्रगतिशील तथा आत्मविस्तारशील आध्यात्मिक आन्दोलनमा एउटा महत्त्वपूर्ण र यहाँसम्म कि अनिवार्य सोपान भएको छ ।'

वस्तुत: तन्त्र एउटा स्वतन्त्र विज्ञान हो । प्रकृतिका शक्तिहरूमाथि काबू पाएर त्यसलाई आफ्नो इच्छानुकूल बनाउनु यस विद्याको प्रधान कार्य हो । परमाणुमयी प्रकृतिको आकर्षण-विकर्षणबाट जगत्का पदार्थहरूमा परिवर्तन

–तन्त्र केवल पञ्चमकार होइन, तन्त्र उग्रताको परिचायक होइन, तन्त्रलाई अपनाउनका लागि गेरु वस्त्र धारण गर्नु पनि आवश्यक छैन..., तन्त्र व्यभिचारको पर्याय त कदापि होइन ।

–जीवनबाट पलायन होइन तन्त्र किनकि जीवनदेखि विमुख छैन तन्त्र, जीवनका सबै ऊर्जाहरुलाई समन्वित गरेर नै गतिशील हुन्छ तन्त्र, भलै त्यो काम ऊर्जाको विषय नै किन नहोस् ।

–तन्त्रलाई गृहस्थ साधकहरुका लागि सर्वाधिक उपयोगी मानिएको छ किनकि तन्त्रले नै त ल्याउन सक्दछ जीवनमा त्यो कला जसबाट व्यक्तिले आफ्ना सबै साधन, क्षमताहरुको पूर्ण आनन्दका साथ उपभोग गर्न सकोस् ।

–स्पष्ट शब्दमा भन्नुपर्दा साधना सम्पन्न गर्ने एउटा निश्चित क्रम नै तन्त्र हो जसको पूर्णता धर्म, अर्थ र काम स्पर्श गरेर मोक्षमा हुनु अवश्यम्भावी छ ।

–तन्त्र त एउटा व्यवस्था हो, जीवनलाई सुचारुरुपबाट जिउने शैली हो । जीवनलाई सुव्यवस्थित ढ ले संयोजित गरेर, अल्प प्रयासबाट त्यसलाई सुखद बनाउने उपाय हो तन्त्र... शासनको क्षेत्रमा व्यवस्थित क्रमको संज्ञा प्रजातन्त्र मानिए झैँ हो तन्त्र ।

हुँदै रहन्छ, उत्पत्ति, स्थिति र लयको परिणाम उपस्थित हुन्छ । विज्ञानद्वारा परमाणुको यस स्वाभाविक प्रक्रियालाई बदलेर आफ्नो अनुकूल बनाइन्छ । तन्त्र विज्ञानद्वारा सूक्ष्म जगत्मा चेतना ग्रन्थिहरूलाई जाग्रत गरिन्छ किनकि त्यो क्रियाशील भएर अनुकूल परिणाम प्रस्तुत गर्नमा समर्थ होस् । जसरी कुनै सेवकले प्रत्यक्ष शरीरद्वारा आफ्नो स्वामीका सबै आज्ञाको पालन गर्दछ त्यसरी नै अप्रत्यक्ष शरीरबाट ती चेतना ग्रन्थिहरू सदैव ऊसँग रहन्छ र आफ्नो शक्तिअनुसार साधकको आज्ञालाई पूर्ण गर्दछ । भनिन्छ कि तान्त्रिक भैरव, छाया पुरुष, ब्रह्मराक्षस, मसान, पिशाच आदि सिद्ध हुन्छन् ।

अदृश्य लोकका चेतना ग्रन्थिहरूको प्रक्रिया यस प्रकारबाट हुन्छ कि तन्त्र साधनाद्वारा तिनीहरूलाई समाइन्छ, तिनलाई प्राणवान् बनाइन्छ, जाग्रत, क्रियाशील र चैतन्य बनाइन्छ । चैतन्य भएपछि त्यसले साधकमाथि आक्रमण गर्दछ । यदि साधक यस आक्रमणबाट भयभीत हुँदैन भने ती ग्रन्थिहरू त्यस साधकको वशमा हुन्छन् र अप्रत्यक्ष शरीरबाट उसका सबै कार्यलाई सिद्ध गर्छन् । यदि ऊ भयभीत हुन्छ भने उसलाई हानि हुने सम्भावना रहन्छ । प्राचीनकालमा जब तन्त्र आफ्नो विशुद्धरूपमा चरमोत्कर्षमा थियो तब अदृश्यलोकका यी चेतना ग्रन्थिहरूलाई जाग्रत गरेर उनीहरूले सबै कार्य सिद्ध गर्दथे जुन अहिले भौतिक विज्ञानको शोधमा यन्त्रहरूद्वारा गरिन्छन् । यस विद्याद्वारा अहिले पनि आनन्ददायक परिस्थितिहरू उत्पन्न र उपलब्ध गर्न सकिन्छ र त्यसको उपयोग स्वयंको लागि र जनहितमा गर्न सकिन्छ । यसबाट आसन्न विपत्तिहरूको निवारण पनि गर्न सकिन्छ। तन्त्र तुरुन्त फल दिने हुन्छ र परिणाम आश्चर्यजनक हुन्छ ।

तन्त्रको सीधा सम्बन्ध चेतना-चितशक्तिसँग छ। यस साधनाले पंचकोषहरूलाई पार गर्ने र षट्चक्र जागरण-कुण्डलिनी उन्नयनको उच्चतम प्रक्रियाको मार्ग प्रशस्त गर्दछ । अन्नमय कोषबाट आनन्दमय कोषतिर बढ्नु यसको उद्देश्य हो। तन्त्र साधना शक्तिको स्रोत हो। यसले हाम्रो सूक्ष्म शरीरमा स्थित षट्चक्र र यौगिक ग्रन्थि-उपत्यिकाहरूलाई जगाएर साधकलाई एउटा शक्तिशाली चुम्बक बनाउँछ। अंग-प्रत्यंगबाट शक्तिको प्रादुर्भाव हुन्छ र यही आकर्षण शक्ति ईश्वरका विभिन्न शक्ति, जसलाई देवता भनिन्छ, लाई आफ्नो अनुकूल बनाएर आफूतिर आकर्षित गर्दछ र मनोवाञ्छित सिद्धिहरू प्राप्त गर्दछ । सूक्ष्म देवताहरूका लागि सूक्ष्म साधनाहरूको आवश्यकता पर्दछ र यस कार्यका लागि मन्त्र सर्वोपरि साधन स्वीकार गरिएको छ । तन्त्रले मन्त्रका साथ बीजाक्षरको प्रयोग पनि बताएको छ । **यी मन्त्रका सूक्ष्म तरंगहरुले सूक्ष्म प्रकृतिमा हलचल मच्चाउँछन् र ईथर तत्त्वमा संव्याप्त आफ्ना अनुकूल तरंगहरुसँग मिलेर एउटा शक्तिपुञ्जको रुपमा परिणत हुन्छन् । साधकले एउटा चुम्बकले जस्तै यी शक्तिहरुलाई आकर्षित गरिरहन्छ र आफूभित्र शक्तिको भण्डारलाई भरिरहन्छ। यसप्रकार मन्त्र-तन्त्रले साधकलाई दिव्य शक्तिहरुसँग सम्बन्ध स्थापित गराउँछ र व्यक्ति आध्यात्मिक विभूतिहरु एवं भौतिक सिद्धिहरुको पुञ्ज बन्दै जान्छ ।**

तान्त्रिकहरूको भनाइ छ कि तन्त्रको उच्चतम सिद्धि त्यसलाई प्राप्त हुन्छ जो गुरु कृपाद्वारा सुषुम्नामा प्रवेश गर्दछन् र जसको कुण्डलिनी शक्तिको जागरण हुन्छ । तन्त्रको मत यस्तो छ कि जो साधक इन्द्रिय र प्राणलाई राधेर कुल मार्गमा सक्रिय हुँदैनन्, उनीहरू शक्तिका निकृष्ट उपासनाका पनि अधिकारी हुँदैनन् । मेरु तन्त्रअनुसार जो परद्रव्यका लागि अन्धा छन्, परस्त्रीका लागि नपुंसक छन्, परनिन्दाका लागि मूक छन् र इन्द्रियहरूलाई सदा वशमा राख्दछन्, यस्ता ब्रह्मपरायण व्यक्ति नै वाममार्गी तन्त्र साधनाका अधिकारी हुन्छन् । यो अधिकार प्राप्त गर्नका लागि तान्त्रिक सिद्धान्तहरूको गम्भीर अनुशीलन र साधना मार्गको निष्ठापूर्वक अनुगमन आवश्यक छ, तब मात्र दिव्य शक्तिहरूको वरदहस्त प्राप्त हुन सक्दछ ।

स्रोत– सावित्री कुण्डलिनी एवं तन्त्र (पं. श्रीराम शर्मा आचार्य)

तन्त्र र महर्षि विश्वामित्र

महर्षि विश्वामित्र र तन्त्र एकापसका पर्याय मानिन्छन्। महर्षि विश्वामित्रको नाम लिइयोस् र तन्त्रको एउटा नयाँ भावभूमि सामु नआओस्, यो त सम्भव नै छैन । केवल यसकारणले मात्र होइन कि महर्षि विश्वामित्र अद्भुत तेजस्वी ऋषि थिए अथवा यसकारण पनि होइन कि उनी ब्रह्माका द्वादश मानसपुत्रहरूमध्ये एक थिए, महर्षि विश्वामित्रको महत्ता र विशेषता यस कुरामा निहित छ कि सम्पूर्ण ऋषि परम्परामा उनी मात्र एक्ला ऋषि हुन् जसले कुनै वैज्ञानिकले जस्तै तन्त्रको अनेकौं पद्धतिबाट परीक्षण गरे । अनेकौं प्राचीन तन्त्रपद्धतिहरूमा संशोधन मात्र गरेनन्, जहाँ आवश्यकता थियो त्यहाँ उनले आफ्नै योगबलले नयाँ पद्धतिको पनि सृजना गरे । पौरुष, दुर्धषता, हठ, तेज, क्रोधजस्ता अनेक भावभूमिहरूको समन्वयको नाम नै महर्षि विश्वामित्र हो ।

जीवन-ऊर्जामा श्रद्धा हो तन्त्र

जीससले कतै भनेका छन्– 'अरूको सम्बन्धमा निर्णय नगर किनकि तिम्रो सम्बन्धमा पनि कुनै निर्णय नलिइयोस् ।' जीससले यस उपदेशमा तन्त्रको भाषा बोलेका छन् । उनको दृष्टि तन्त्रको दृष्टि थियो– कुनै निर्णय नलेऊ ।

तन्त्रले अन्तर्यात्रा सिकाउँछ । तन्त्र भन्दछ कि नैतिक र अनैतिक धारणाको चक्करमा नपर, यो बाहिरी कुरा हो । अन्तर्यात्रा गर । तन्त्र अन्तर्यात्राको विधि हो । शुद्ध-अशुद्धको चिन्ता नगर, भेद सृजना नगर, भित्र यात्रा गर । बाहिरको संसार, समाज, समाजका सारा शिक्षाहरूलाई बिर्सिदेऊ । समाजले जे सिकाउँछ, त्यो द्वैतमूलक हुन्छ नै । यसबाट द्वन्द्व र दमन उत्पन्न हुनु अनिवार्य छ । यदि द्वन्द्व छ भने अन्तर्यात्रा गर्न सकिन्न ।

तन्त्रले अन्तर्यात्रा सिकाउँछ । तन्त्र भन्दछ कि नैतिक र अनैतिक धारणाको चक्करमा नपर, यो बाहिरी कुरा हो । अन्तर्यात्रा गर । तन्त्र अन्तर्यात्राको विधि हो । शुद्ध–अशुद्धको चिन्ता नगर, भेद सृजना नगर, भित्र यात्रा गर । बाहिरको संसार, समाज, समाजका सारा शिक्षाहरुलाई बिर्सिदेऊ ।

द्वन्द्वलाई बिर्सिदेऊ, ती सबैलाई पनि बिर्सिदेऊ जसले द्वन्द्व उत्पन्न गर्छन् । केवल भित्र जाऊ । तिमी जति मात्रामा भित्र जान्छौ त्यति नै धेरै नैतिक हुन्छौ । तर यो नैतिकता समाजको नैतिकता भने हुने छैन । तिमी नैतिक भएबिना नैतिक हुनेछौ, तिमीलाई आफू नैतिक भएको बोध पनि हुने छैन किनकि तिमीभित्र यस नैतिकताको विपरीत केही हुने छैन । तिमी केवल प्रेमपूर्ण हुनेछौ किनकि जब तिमी प्रेममा हुन्छौ भने तिमी आनन्दमा हुन्छौ । यो प्रेम स्वयंमा आनन्द हो । यसको कुनै लक्ष्य पनि छैन । यो प्रेमले कुनै फलको आकांक्षा पनि राख्दैन । प्रेम गर्दैनौ भने तिमीलाई स्वर्ग प्राप्त हुने छैन भन्ने सम्झौता पनि यो होइन ।

तन्त्रको नैतिकता लेनदेन होइन, यो त एउटा घटना हो । तिमी जसैजसै भित्र डुब्छौ, त्यसैत्यसै तिमी क्षणमा, वर्तमानमा जिउन लाग्नेछौ । तब तिमीले बुझ्नेछौ कि प्रेम गर्नु आनन्द हो । प्रेम कसैको साधन होइन, यो आफैमा साध्य हो । प्रेम पर्याप्त छ । तिमी प्रेम गर्दछौ किनकि प्रेमले तिमीलाई आनन्दले भरिदिनेछ । प्रेम गरेर तिमीले कसैप्रति उपकार गरिरहेका छैनौ, कुनै छिमेकीका लागि यो गरिरहेका छैनौ किनकि प्रेम गर्नाले तिमी स्वयंलाई सुख हुन्छ । प्रेमले तिमीलाई यहीं र अहिले नै शुभले भरिदिनेछ ।

तन्त्रका लागि आधारभूत कुरा ध्यान हो, सजगता हो, बोध हो । तन्त्र भन्दछ– 'नैतिक वा अनैतिक धारणाको चिन्ता नगर ।' यसको अर्थ यो होइन कि तन्त्रले तिमीलाई अनैतिक बन्न सिकाउँछ । तन्त्रले कसैलाई अनैतिक हुन कसरी भन्न सक्दछ किनकि उसले कसैलाई नैतिक हुन पनि त भन्दैन । तन्त्रको यो मान्यता छ कि नैतिक-अनैतिकको विवाद बेकार छ, यसलाई छोड र समस्याको जरोलाई समात । नैतिक-अनैतिक हुनु लक्षण मात्र हो, त्यसलाई छोड र जरोलाई हेर । जरो यो हो कि तिमी निद्रामा छौ, गहिरो निद्रामा ।

यस निद्राको ढाँचालाई कसरी तोड्न सकिन्छ ? कसरी सावचेत हुन सकिन्छ ? कसरी पुनः पुनः निद्रामा होमिनबाट बच्ने ? तन्त्रले यसको चिन्ता गर्दछ । यसले तिम्रो निद्रालाई तोड्ने र तिम्रो बोधलाई जगाउने चिन्ता लिन्छ । जसै तिमी बोधपूर्ण हुनेछौ, तिम्रो चरित्र रूपान्तरित हुनेछ । तर यो भने परिणाममूलक हुनेछ । तन्त्र भन्दछ कि तिमीलाई परिणामको पनि चिन्ता गर्ने आवश्यकता छैन । त्यो परिणाम अनिवार्यरूपमा आउँछ नै । तिमीले त्यसको लागि न कुनै चिन्ता लिनुपर्दछ न त केही गर्न नै । बोध आउनासाथ चरित्रको परिवर्तन आफै हुन्छ । तिमी जति सावचेत हुन्छौ त्यति नै नैतिक हुँदै जानेछौ । तर यो नैतिकता आरोपित होइन, यो तिम्रो प्रयासबाट आउने होइन । तिमीले त केवल सावचेत हुने हो, नैतिकता त स्वतःस्फूर्त आउँछ ।

तन्त्र भन्दछ कि जसोजसो ध्यानको गहिराइमा पुगिन्छ तिमीमा परिवर्तन आउन लाग्नेछ र जुन सहजरूपमा घट्दछ त्यही परिवर्तन सुन्दर हो । जुन परिवर्तन तिमीले चेष्टाले ल्याउँछौ अथवा केही गरेर ल्याउँछौ, त्यो परिवर्तन कहिल्यै गहिरो हुन सक्दैन ।

त्यसैले तन्त्र भन्दछ कि परिवर्तनलाई आफ्नो प्राणमा घटित हुन देऊ, स्वयंको केन्द्रमा घटित हुन देऊ, यसलाई केन्द्रबाट परिधितिर बहन देऊ, परिधिबाट केन्द्रमा लाद्ने

चेष्टा नगर। तन्त्रले नैतिक-अनैतिकको कुरा नै उठाउँदैन। कुरा केवल यति मात्र हो कि तिमी सुतेका छौ भने आफ्नो निद्रा तोड्ने चेष्टा गर । तिमी जहाँ छौ त्यहाँ धेरैभन्दा धेरै सजग होऔ, बोधपूर्ण बन ।

तन्त्र र अन्य साधनाहरूको भेदलाई राम्रोसँग बुझ । तन्त्र ज्यादा वैज्ञानिक छ, यो समस्याको जरोमा जान्छ, तन्त्रले तिम्रो चरित्रको बाहिरी खोलमा, तिम्रो नैतिकता र

नदीको यात्रा आफैमा आनन्ददायक हुन्छ। उसको घाटी र चट्टान हुँदै बग्ने स्वभाव, पहाडहरूबाट हाम फाल्ने काम, अज्ञाततिर बग्ने क्रिया सबै आफैमा आनन्द हो ।

अनैतिकतामा, तिम्रा कृत्यहरूमा परिवर्तन ल्याउने प्रयास गर्दैन। यसले तिमीलाई जरैदेखि रूपान्तरण गर्दछ। तिमीले जे गर्दछौ त्यो परिधिमा छ, तर तिमी जो हौ त्यो कहिले पनि परिधिमा हुँदैन । तन्त्रका लागि कृत्य छैन, कृत्यका लागि गुणवत्ता महत्त्वपूर्ण हुन्छ ।

तन्त्रको मान्यता छ कि जीवन रेलजस्तो होइन, नदीजस्तै छ। जीवन पनि फलामबाट बनेका पटरीहरूमा गुड्दैन, यो नदीजस्तै छ जसको लागि कुनै बनिबनाउ बाटो छैन। जसैजसै नदी बग्छ उसको बाटो पनि बन्दै जान्छ। जसैजसै नदी बहन्छ उसले आफ्नो बाटो पनि स्वयं बनाउँदै अघि बढ्छ र सागरसम्म पुग्दछ।

यदि तन्त्रलाई बुझेका छौ भने तिम्रो जीवन पनि यस्तै हुनुपर्दछ। जीवन नदीजस्तै छ। उसको बनिबनाउ बाटो छैन, उसको कुनै नक्सा छैन जसको अनुगमन नदीले गर्नु परोस्। केवल बोधपूर्ण र सजग बन र जीवनले तिमीलाई जहाँ लिएर गए पनि श्रद्धा गरेर उसको पछि लाग।

तन्त्र श्रद्धा हो– जीवन ऊर्जामा श्रद्धा । उसको हातमा आफूलाई सुम्पिदेऊ । ऊसँग जबरर्जस्ती नगर, आफूलाई उसको हातमा छोडिदेऊ, समर्पित होऊ र उसलाई तिमीलाई सागरतिर लान देऊ । तिमी केवल सावचेत बन, यति नै पर्याप्त छ। जब जीवनले तिमीलाई सागरतिर लिएर जान्छ भने तिमी सावचेत बन ताकि केही पनि नचुकोस्।

यो स्मरण राख्नु अत्यन्त महत्त्वपूर्ण छ कि तन्त्रले केवल साध्यको मात्र चिन्ता गर्दैन, यसले साधनको पनि उत्तिकै चिन्ता लिन्छ। यसले लक्ष्यको मात्र होइन, मार्गको पनि उत्तिकै चिन्ता गर्दछ। यदि तिमी सावचेत हुन्छौ भने यो जीवन पनि आनन्दपूर्ण हुनेछ। नदीको यात्रा आफैमा आनन्ददायक हुन्छ । उसको घाटी र चट्टान हुँदै बग्ने स्वभाव, पहाडहरूबाट हाम फाल्ने काम, अज्ञाततिर बग्ने क्रिया सबै आफैमा आनन्द हो। त्यसैले यात्रामा पनि सजग बन किनकि सागर वा परम केवल अन्तमा घट्ने घटना हुन सक्दैन, यो असम्भव छ। यो एउटा विकास हो, नदी सागर हुने दिशामा बढिरहेको छ। केवल अनुभवबाट, सजग अनुभवबाट, गतिबाट र श्रद्धाबाट मात्र यो सम्भव छ।

(ओशोको 'तन्त्र औषधि है' पुस्तकबाट)

अध्यात्म क्षेत्रको भौतिक विज्ञान

चेतनाको विकास प्रक्रियालाई योगाभ्यास भनिन्छ र शरीरलाई अधिक समर्थ बनाउने पद्धतिलाई तन्त्र साधना। तन्त्रको प्रयोगद्वारा साधकको शरीरको विद्युत्लाई सामान्य स्तरको तुलनामा कैयौं अधिक प्रहार गर्न सकिन्छ र त्यसको उपयोग आफ्नो तथा अरूका लागि प्रायः त्यसैगरी हुन सक्छ जसरी प्रकृति साधनहरूको उपयोग हुँदै आएको छ। यो उपयोग भलो पनि हुन सक्छ र कुभलो पनि। आगोबाट शीत निवारणको लाभ लिन पनि सकिन्छ र शहरै जलाउने अनर्थ पनि हुन सक्छ। यो कुरा तन्त्र साधनाको सम्बन्धमा पनि लागू हुन्छ। यो विशु रूपमा शरीरगत पंच तत्त्वहरूमा सन्निहित छ, वरिष्ठ ऊर्जाको उत्पादन हो। उपयोग प्रयोक्ताको मर्जीमाथि निर्भर गर्दछ।

शरीर एउटा यस्तो अद्भुत यन्त्र हो जसमा न केवल जीवन निर्धारण निर्वाहका सामान्य क्रियाकलाप सहज क्रममा हुन्छन्, यदि प्रयत्न गर्ने हो भने त्यसमा सन्निहित ती प्रसुप्त क्षेत्रहरूलाई पनि जगाउन सकिन्छ जुन वैज्ञानिक क्षेत्रमा मिल्दछन् वा मिल्न सक्दछन्। अनेक यन्त्र उपकरणहरूको सहायताबाट प्राकृतिक शक्तिहरूलाई उपयोग गरेर अनकौं आश्चर्यजनक काम लिइन्छ। यदि शरीरगत अदृश्य कर्मस्थलहरूलाई उभार्न सकिएमा त त्यसबाट पनि त्यही काम हुन सक्छ जसलाई वैज्ञानिकहरू बहुमूल्य उपकरणहरूको माध्यमबाट गर्न सक्दछन्। शरीर एउटा यस्तो ऊर्जा भण्डार हो जसलाई प्रकृतिको कुनै पनि क्षमतासँग सम्बद्ध गरेर ती कृत्यहरूलाई गर्न सकिन्छ जुन भौतिक जगत्मा मनुष्यद्वारा गर्न सकिन्छ। यसै प्रयोजनको पूर्तिका लागि जुन प्रयत्न गरिन्छ त्यसलाई तन्त्र साधना भनिन्छ। योगाभ्यासको धारा त्यसबाट सर्वथा भिन्न छ। त्यसमा आत्मा र परमात्माको मध्यवर्ती चेतनात्मक-भावनात्मक प्रयोजन पूरा गरिन्छ। त्यस क्षेत्रका सफलताहरूलाई 'ऋद्धि' भनिन्छ। त्यो ऋषिहरूमा देख्न सकिन्छ। तन्त्र साधनाबाट 'सिद्धिहरू' मिल्दछन्। सिद्धिहरू अर्थात् सामर्थ्य एवं सम्पदाको सहाराबाट मिल्न सक्ने सफलताहरू।

योगको केन्द्र ब्रह्मरन्ध्र, सहस्रार हो। तन्त्रको मूलाधार कुण्डलिनी केन्द्र हो। यो जननेन्द्रिय मूलमा छ र योगको उद्गम मस्तिष्कमा। कुनै न कुनै अंशमा साधनाहरूका लागि दुवैको प्रयोग गर्नुपर्ने हुन्छ। कुण्डलिनी साधनाका लागि मनोगत संकल्प चाहिन्छ र योग साधनाका लागि जननेन्द्रिय संयम ब्रह्मचर्य। यस प्रकारका दुई धाराहरू गंगा-यमुनाजस्तै पृथक् पृथक् भएता पनि मूलतः हिमालयको एउटा विशेष क्षेत्रका साथ समान रूपमा जोडिएका छन्।

तन्त्र साधनामा मस्तिष्कको अचेतन भागको एउटा रहस्यमय केन्द्रलाई झकझक्याइन्छ। यस केन्द्रलाई अविज्ञात, रहस्यमय वा अतीन्द्रिय संस्थानको नामले चिनिन्छ। यसको सहायताबाट नै जननेन्द्रियको मूलमा सन्निहित कुण्डलिनी क्षमतालाई उभारने, नियन्त्रित गर्ने एवं दिशा विशेषमा मोड्ने प्रयोजन पूरा गरिन्छ। संकल्प बलको अभावमा जननेन्द्रिय स्वस्थ समर्थ हुँदा पनि यौन कर्म ठीकसँग गर्न समर्थ भइँदैन। मानसिक नपुंसकताले प्रायः संकल्प बलको कमीले समर्थलाई पनि असमर्थ बनाइदिन्छ। यस सम्बन्धमा गरिएका वैज्ञानिक शोधहरूबाट ज्ञात भएको छ कि मानवी मस्तिष्कको एउटा ठूलो क्षेत्रलाई 'साइलेण्ट एरिया' मौन क्षेत्र भनिन्छ। यहाँको हलचल प्रायः निस्तब्ध जस्तो प्रतीत हुन्छ र यसको उपयोगिता के हो भन्ने केही बुझ्न सकिन्न। तर पनि यो पाइएको छ कि त्यहाँ कुनै प्रकारको आघात लाग्नाले वा उभार आउनाले सामान्य जीवन पनि असामान्य बनेका छन्।

अजीत मुखर्जीको 'दि तान्त्रिक वे', स्वामी अगेहानन्दको 'तान्त्रिक परम्परा', डिरोप्पको 'यौन ऊर्जा', हासलज्याक्सनको 'पश्चिमी मनोविज्ञान और भारतीय साधना', ओमर ग्यारिसनको 'तन्त्र यौन योग', उलरिख हास रोकरको 'हठयोग प्रदीपिका', फिलिप रासनको 'तान्त्रिक कला', जान दि वाइटको 'चेतनाको सीमान्त', हाइन रिख जीमरको 'भारतीय सभ्यता में उपाख्यान और प्रतीक', जोन वुडरकको 'दि सर्पेन्टाइन पावर' आदि पुस्तकहरूमा तन्त्रका दर्शन सिद्धान्त र विधिविधानमाथि यत्किञ्चित प्रकाश पारिएका छन्। तर पनि यो विषय यस्तो छ कि जसमा निजी अनुभवको आधारमा सामयिक विधि-व्यवस्था र त्यसको वर्तमान परिस्थितिहरूमा सम्भावित उपलब्धिहरूमा प्रकाश पार्न सकिन्छ तथा यस विषयमा जनमानसमा पसेका भ्रान्तिहरूलाई पर्याप्तरूपमा हटाउन सकिन्छ।

सामयिक एवं परिस्थितिहरूको संकेत यसैले गरिएको

यदि शरीरगत अदृश्य कर्मस्थलहरुलाई उभार्न सकिएमा त त्यसबाट पनि त्यही काम हुन सक्छ जसलाई वैज्ञानिकहरु बहुमूल्य उपकरणहरुको माध्यमबाट गर्न सक्दछन् । शरीर एउटा यस्तो ऊर्जा भण्डार हो जसलाई प्रकृतिको कुनै पनि क्षमतासँग सम्बद्ध गरेर ती कृत्यहरुलाई गर्न सकिन्छ जुन भौतिक जगत्मा मनुष्यद्वारा गर्न सकिन्छ । यसै प्रयोजनको पूर्तिका लागि जुन प्रयत्न गरिन्छ त्यसलाई तन्त्र साधना भनिन्छ ।

छ कि तन्त्रको प्रौढताको युगमा जस्तो वातावरण थियो त्यस्तो अब रहेन । जलवायुमा ठूलो अन्तर आएको छ । तदनुसार शरीरको क्षमता तथा मन:संस्थानको दृढतामा असाधारण हेरफेर भएको छ। ती दिनमा परम्परागत श्रद्धाको आधारमा साधनाहरू सहज सिद्ध थिए, तर अहिले हरेक व्यक्ति अध्यात्म प्रतिपादनहरूको सम्बन्धमा शंकाशील र उदास देखिन्छन् । यसैगरी चिन्तन र क्रिया दुवैमा इन्द्रिय संयम घट्दै गएकोले मनोबलमा कमी आएको छ। आहारको शुद्धता नरहनाले चित्तको चंचलता पनि असाधारण रूपले बढेका छ। फेरि प्रत्यक्ष केही गर्ने आफ्नो सफलता देखाएर अनुचरहरूमा प्रगाढ विश्वास उत्पन्न गर्ने मार्गदर्शकहरू पनि छैनन् । तर पनि अध्ययनमा आधारित निष्कर्ष यस सम्बन्धमा असीम सम्भावनाहरूको स्रोत मानवी कायालाई बनाउँदै त्यस दिशामा पराक्रम पुरुषार्थको महत्तालाई सिद्ध गर्दछ। यस तथ्यलाई प्रमाणित गर्ने घटनाहरू कहिलेकाहीं अनायास नै प्रकट हुन्छन् ।

चीनमा यस्ता थुप्रै बच्चाहरूको खोजी गरियो जसमा एक्सरे-लेसर किरणजस्तो वेधक दृष्टि छ । ल्हासाका ‘ट्रेडिशनल मेडिसिनल स्कूल’का शिक्षिकाहरूले यस खोजमा ठूलो उत्साह देखाए र यस्ता विशेष क्षमता भएका बालकहरूलाई खोजेर निकाले जसको आँखाले अदृश्य दर्शन गर्न सक्दथे। उनीहरू दृष्टि परिधि बाहिरका वस्तुलाई देख्न र कागजलाई पढ्न सक्दथे। बढी उमेरका बालकहरूमा यो विशेषता पाइएन । यसबाट प्रतीत हुन्छ कि यस प्रकारको अनुभवका लागि बालकपनको अवधि नै बढी समर्थ हुन्छ। चीनका दुई कुमारीहरूका अतीन्द्रिय क्षमता संसारभरि चर्चाको विषय बनेको थियो । यी कुमारीहरू थिए– १३ वर्षीया रेंग क्वेग र ११ वर्षीया बैंग विंग । यी दुवैले धेरै टाढा राखिएको कागजलाई पढ्न सक्थे र भित्तापछाडिका व्यक्तिहरूलाई पनि चिन्न सक्थे। यहाँसम्म कि कागजको टुक्रालाई मुठ्ठीमा कसेर त्यहाँ लेखिएका कुराहरू पढ्न सक्थे ।

तीसजना वैज्ञानिकहरूले यी कन्याहरूको परीक्षण गरे। तीन दिनसम्म पच्चीस परीक्षण गरिए। परीक्षणको समयमा अन्यान्य उत्सुकजनहरूलाई पनि बस्ने र हेर्ने अवसर दिइएको थियो । परीक्षणको विवरण चीनका अनेकौं पत्रिकाहरूमा छापिए। सबै यस सामर्थ्यले भरिएको प्रदर्शन देखेर हतप्रद थिए जबकि यो प्रदर्शन क्षमताहरूको जागरणको एउटा झलक मात्र थियो ।

आजभोलि तन्त्र र अनाचार प्राय: पर्यायवाची बनेका छन् । त्यस विद्याको उपयोग मारण, मोहन, उच्चाटन, वशीकरण, स्तम्भनजस्ता हेय प्रयोजनहरूका लागि भइरहेको छ। अरूलाई आतंकित गरेर वा आक्रमणबाट अस्तव्यस्त गरेर आफ्नो क्षुद्र स्वार्थ सिद्ध गर्ने तान्त्रिकहरूले यस विद्याप्रति लोकमानसमा तिरस्कार एवं भयको संचार गरेका छन्। यसका थुप्रै प्रमाण पनि देखिन्छन्।

स्कटलैण्ड यार्डका उडन दस्ताका प्रमुख रोबर्ट फेवियनले नोकरीबाट अवकाशपश्चात् आफ्नो अनुभव पुस्तक प्रकाशित गरे जसमा यस्ता अनेकौं विवरणहरूको उल्लेख पाइन्छ जसमा तान्त्रिकहरूद्वारा कैयौं मानिसहरू हैरान मात्र भएनन्, उनीहरूद्वारा मारिए पनि । इङ्गल्याण्डका बारविक शायर नगरमा केही समय पहिले एउटा उद्यान मालिक चार्ल्स वालटनको लाश वरको रूखमुनि भेटियो । जमिन खन्नका लागि काम लाग्ने तीखो दाँत भएको फलामको पञ्जा उसको घाँटीमा गाडिएको थियो। साथै यस्तो प्रकारको एउटा चिरा पनि छातीमा देखिएको थियो जुन कब्रिस्तानमा पाइने क्रुस चिन्हजस्तो थियो। हत्याको रहस्यको पर्दाफास गर्ने काम त्यहाँको गुप्तचर संस्था स्कटलैण्डका अधिकारी रोबर्ट फेवियनलाई सुम्पियो । उनले घटनासँग नजिकिएका मानिसहरूलाई सोध्दा पनि उनीहरूले थाहा पाएर पनि बताउन चाहेनन् । यस्तै प्रकारको एउटा हत्या पहिले पनि यस स्थानमा भइसकेको थियो। अन्तमा उनले थाहा पाए कि यो मारण मन्त्र प्रयोगको मामिला हो । यस

विद्यालाई त्यस क्षेत्रका धेरै तान्त्रिकहरूले जानेका छन् र कुनै लालच वा प्रतिशोधको भावनाले यस्तो कृत्य जादूको जोरमा गर्दै आइरहेका छन् ।

गुप्तचर विभागसँग यस्ता केही अरू घटनाहरू पनि दर्ता भएका छन् । सन् १९७१ मा लन्डनमा धेरै मृत्युहरू यस्ता देखिए जसलाई न रोगजन्य भन्न सकिन्छ न त दुर्घटनाजन्य । स्वस्थ सबल मानिस पनि अकस्मात् मरेका थिए । भनिन्छ कि त्यहाँका घुमक्कड बंजाराहरूले यस्तो कृत्य गर्छन् र उनीहरूको जादूबाट यस्ता घटना घट्छन् । सोधपूछमा बंजारा सभाका एक सदस्य ग्रेटन पक्सनले स्वीकार पनि गरे कि बंजारा यो विद्या जान्दछन् र उनीहरूको मारण विद्याबाट यस्ता घटना घटित पनि भइरहन्छन् । प्रमाणका रूपमा उनले यस्ता घटनाहरूको वर्णन पनि गरे ।

यस सन्दर्भमा मनोविज्ञानवेत्ताहरूसँग प्रश्न गर्दा उनले भने कि भयभीत प्रकृतिका शंकालु व्यक्तिलाई कसैले तर्साएमा यस्तो प्रकारको स्वसंकेतको आधारमा मृत्युको मुखमा पुग्न सक्दछ । यस्तो घटनालाई एक प्रकारको अन्धविश्वासजन्य आत्महत्याको मामिला भन्न सकिन्छ ।

क्यालिफोर्नियाका चलचित्र अभिनेता ल्यू ग्रोनालाई कुनै तान्त्रिकले मार्ने चुनौती दिएका थिए । अभिनेता डराएर आफूलाई एउटा कोठामा कैद गरे । कोठाको ढोकासम्म पनि उनले खोल्दैनथे । छतमा रहेको प्रकाश छिर्ने दुलोबाट नै उनलाई भोजनको व्यवस्था गर्नु परेको थियो । यसप्रकार चुनौतीको निर्धारित २२ दिन बितेपछि उनी ढोका खोलेर बाहिर आए । यसलाई संयोग नै मान्नुपर्ला कि जसै उनी भयभीत मानसिकता लिएर सडकमा आए, एउटा मालवाहक ट्रकले उनलाई किच्यो ।

तन्त्रको हेय प्रयोजन गर्नेहरूले आफ्नो व्यक्तित्व र स्वभावलाई पनि त्यसैअनुरूप बनाउँछन्, 'मद्य मांस च मीन च मुद्रा मैथुन मेव च'लाई अपनाएर जीवित भूत प्रेतहरूको ढाँचामा आफूलाई ढाल्दछ । मसान सेवन, अघोर आचरण, मृतकहरूको खप्परको उपयोग, पशुबलिजस्ता कृत्यहरूबाट आतंक सृजनाका लागि आफूलाई हतियारका रूपमा विनिर्मित गर्छन् । आसुरी प्रकृतिकाहरूले प्राय: यसै दिशामा पाइला चाल्छन् र आफूलाई शुक्राचार्य विनिर्मित असुर सम्प्रदायका अनुयायी बताउँछन् । सिद्ध तान्त्रिकहरूमा रावण, कुम्भकर्ण, मारीच, भस्मासुर आदिको उल्लेख छ । तापनि यो विद्या वस्तुत: यस्तो छैन । दुरूपयोगबाट त राम्रा साधनाहरूको बदनामी हुन्छ । तर तथ्यत: तन्त्र एउटा महत्त्वपूर्ण आत्मविज्ञान हो । यसको दुरूपयोगबाट नै यसको स्तर खस्केको हो । यदि यसलाई सही रीतिले बुझ्ने र सत्प्रयोजनका लागि उपयोग गर्ने हो भने अध्यात्म क्षेत्रको भौतिक प्रयोजनका लागि प्रयुक्त हुन सक्ने अन्तिम महत्त्वपूर्ण सामर्थ्य स्रोत भन्न सकिन्छ । जय गुरुदेव !

तन्त्रका भेद

तन्त्रका मुख्य तीन भेद छन्– ब्राह्मणतन्त्र, बौद्धतन्त्र र जैनतन्त्र । उपास्य देवताका भेदले ब्राह्मणतन्त्रका पनि तीन भेद छन्– वैष्णवागम (पाञ्चरात्र अथवा भगवत्तन्त्र), शैवागम र शाक्तागम । यिनीहरूमा क्रमश: विष्णु, शिव र शक्तिलाई परादेवता मानेर उपासना गर्ने प्रक्रिया पाइन्छ ।

पाञ्चरात्र

पाञ्चरात्र आगमका संहिताहरूमा चारवटा विषयहरू प्रतिपादन गरिएका छन्– ज्ञान, योग, क्रिया र चर्या । यस तन्त्रमा परब्रह्म अद्वितीय, दु:खरहित, नि:सीम, सुखानुभव रूप, अनादि, अनन्त, सबै प्राणीहरूमा रहने, व्यापक, निरवद्य र निर्विकार छन् । यस तन्त्रका परमोपास्य नारायण सगुण र निर्गुण दुवै छन् । यिनी जगत्का उपादान तथा निमित्त दुवै कारण हुन् ।

वैखानस

वैष्णवागमहरूमा वैखानस आगमको पनि प्रमुख स्थान छ । यसको कृष्णयजुर्वेदको औरवेय शाखासँग सम्बन्ध थियो भन्ने विद्वान्हरूको भनाइ छ । वैखानस आगमको मुख्य विषय क्रिया तथा चर्या हो । यस दर्शनअनुसार परमोपास्य श्रीविष्णुको आराधना जप, हुत (हवन), ध्यान र अर्चना चार प्रकारले वैदिक पद्धतिबाट गरिन्छ र यस अनुष्ठानबाट जीवले क्रमश: सालोक्य, सामीप्य, सारूपय र अन्त्यमा सायुज्य मुक्ति प्राप्त गर्दछ ।

शैवागम

शैवागमका भेद धेरै छन् तापनि परम्परागतरूपमा यसका छवटा मत प्रचलित छन्– पाशुपत, शैवसिद्धान्त, वीर शैव, प्रत्यभिज्ञा, रसेश्वर र व्याकरण ।

पाशुपत मत– यस मतको स्थापना शिवका अवतार मानिएका नकुलीश, लकुलीश अथवा लगुडेशले ईसाको पहिलो शताब्दीतिर गरेका थिए । यसैले यसको नाम 'नकुलीश पाशुपत दर्शन' प्रख्यात् छ । यसका मूलग्रन्थ पाशुपतसूत्र र

कौण्डिन्यभाष्य हुन् । यस दर्शनमा कार्य, कारण, योग, विधि र दुःखान्त पाँच पदार्थ छन् ।

शैवसिद्धान्त मत– यस मतको प्रचार भारतको दक्षिण (तमिल प्रदेश) मा बढी छ । सन्त आपार, सन्त ज्ञानसम्बन्ध, सन्त सुन्दर र सन्त मणिक्कवाचक चार आचार्यहरूले चर्या, क्रिया, योग र ज्ञान चार मार्गहरूको स्थापना गरे । यिनीहरूभन्दा पहिले पहिलो, दोस्रो शताब्दीतिर सन्त नक्कीर र सन्त कणप्पले पनि यस सिद्धान्तको प्रचार गरे । यस मतमा तीन पदार्थ मानिन्छन्– पति, पशु र पाश ।

वीरशैव मत– यस मतको प्रचार कर्णाटक प्रदेशमा धेरै छ । यस मतका अनुयायीहरू लिङ्गायत अथवा जङ्गम भनिन्छन् । यिनीहरू हरदम आफ्नो घाँटीमा शिवलिङ्ग धारण गर्दछन् । यो कर्मप्रधान छ । शक्तिविशिष्ट जीव र शक्तिविशिष्ट शिवको सामरस्य नै यस मतको प्रमुख विषय हो ।

प्रत्यभिज्ञा मत– प्रत्यभिज्ञाशास्त्रको मूल स्थानीय ग्रन्थ सोमानन्द (८०० ई.) को शिवदृष्टि हो । यस मतमा परमशिव आफ्ना चित्, आनन्द, इच्छा, ज्ञान र क्रिया पाँच शक्तिद्वारा आफैलाई स्वभित्तिमा जगत्रूपबाट परिणत गर्दछन् । यहाँ शिव र शक्ति अभिन्न छन् । यसको साधनमार्गमा ज्ञान र भक्तिको सामञ्जस्य छ । यस मतानुसार मोक्ष-भक्तिको आवरणरहित सन्उन्मेष मात्र हो, यही चिदानन्दलाभ हो ।

रसेश्वर मत– यस सम्प्रदायको मुख्य सिद्धान्त हो– जीवमुक्ति प्राप्तिको उपाय दिव्य शरीर पाउनु । पारो नै रस हो, यही ईश्वर हो । यसैको सेवनले शरीर क्लेशरहित बन्दछ ।

व्याकरण मत– यो साधनमार्ग हो, यसको अनुशरणबाट साधक प्रपञ्चबाट विमुक्त भएर परमतत्त्व प्राप्त गर्दछ । यसको परिचय पतञ्जलिको 'महाभाष्य'बाट पाइन्छ र विकसित रूप 'वाक्यपदीय'मा छ । यस मतानुसार 'स्फोट' रूप शब्द नै सत्य पदार्थ हो । समस्त संसार यसैको विवर्त मात्र हो । यहाँ शब्दब्रह्म र परब्रह्ममा विशेष अन्तर मानिंदैन । शब्दब्रह्म नै अनादि अविद्यारूपी वासनाको कारण भेदमा प्राप्त भएर अर्थरूपमा परिणत हुन्छ । वाचकदेखि भिन्न वाच्य छैन । वाचक (शब्द नै) सम्पूर्ण हो ।

शाक्ततन्त्र

शाक्ततन्त्र चौसठ्ठी प्रकारका छन् भन्ने भएता पनि विचारको क्रममा यसलाई मुख्यरूपमा दुई प्रकारमा विभक्त गरिएको पाइन्छ– क्रमदर्शन र कुलदर्शन ।

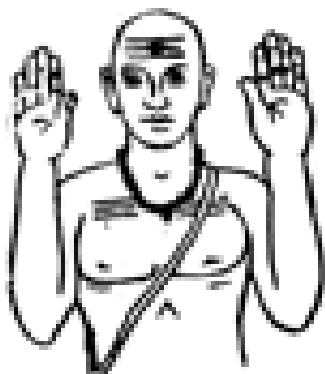
क्रमदर्शन– यो अद्वैतवादी दर्शन हो । कश्मीरमा यसको बढी प्रचार छ । यस दर्शनका अनेक अभिधानहरूमा क्रम, कालीनय, देवीनय, औत्तराम्नाय यी चारवटा प्रसिद्ध छन् । परमतत्त्वको ज्ञानरूपी मोक्षको प्राप्ति क्रमशः हुन्छ, यसैले यो क्रम हो । यसको परमतत्त्व काली नै क्षेप, ज्ञान, सुसंख्यान, गति र नाद पाँच कृत्यहरूको सम्पादन गर्दछिन् । यो शिवको उत्तरतिरको वामदेववक्त्रबाट निस्केकोले 'औत्तराम्नाय' भनिन्छ ।

कुलदर्शन– शाक्तपरम्परामा यसको ठूलो महत्त्व छ । यस दर्शनको प्रचार सत्य, त्रेता, द्वापर कलियुगमा खगेन्द्र, कूर्म, मेष र मत्स्येन्द्रले क्रमशः गरे । कुलका उपासनाको विधान गरिएकोले यो 'कौल' मत हो । परमेश्वरको सबभन्दा माथिल्लो शक्ति कुलशक्ति हो । शिवशक्ति सामरस्य पनि यस शब्दको अभिधेय अर्थ हो । कुलतत्त्व परमतत्त्व हो जसमा संसार अवस्थित छ, अन्तमा यसैमा संसार लीन पनि हुन जान्छ । यहीं आचार-विचारहरूको पर्यावसान हुन्छ । यसभन्दा परमतत्त्व अरू छँदैछैन । यो मार्गको उपदेश शिवको ऊर्ध्ववक्त्रबाट निक्लेको हुनाले यसलाई 'ऊर्ध्वाम्नाय' पनि भन्दछन् ।

कुलाचार– कुलाचारमा पञ्चमकारको प्रयोगलाई लिएर केही विद्वान्हरू यसको आलोचना गर्दछन् तर अधिकारी विवेचनाको अज्ञानले यसो भएको हो । कुलाचारमा अधिकारी राजयोगमा निपुण साधक नै हुन सक्दछ । काम, क्रोध, लोभ, मोह, मद, मात्सर्यको प्रपञ्चमा नफसेको ब्रह्मतत्त्वको ज्ञाता नै वास्तविक कुलाचारको अधिकारी हो । यसैले यस मार्गको अवलम्बन गरेर निभाउनु भनेको तरवारको धारमा हिँड्ने, बाघको कान समात्ने, सर्पलाई समात्ने कामभन्दा पनि कठिन छ । यसैले अनधिकृत पात्रमा परेर यसको परिणाम भयङ्कर हुन सक्ने हुनाले यसलाई नितान्त गोप्य मानिन्छ ।

कौलदर्शनमा संवित् नै प्रसिद्ध छत्तीस तत्त्वदेखि अलग्ग सैंतीसौं तत्त्व हो र यही परमतत्त्व आफ्नो आत्मालाई नै शक्तिस्वरूप सम्झेर उपासना गर्दछ । यसरी उपासक भावातीत भएर सर्वत्र ब्रह्ममय देख्तै पूर्णानन्द प्राप्त गर्दछ । त्यसबेला पाँचै मकार भावातीत भएर केवल आनन्द प्रदान गर्ने हुन्छन् । **–विद्यानाथ उपाध्याय भट्ट**

तन्त्र शास्त्र र मुद्रा

तन्त्रशास्त्र भारतवर्षको अत्यन्तै पुरानो साधना प्रणाली हो । यसको विशेषता यसरी बताइएको छ– यसमा आरम्भबाट नै कठिन साधना र कठोर तपस्याहरूको विधान छैन बरु यसले मनुष्यको भोगतिर झुकेको मनलाई त्यतैतिर चलाउँदै बिस्तारै-बिस्तारै त्यागतिर अगाडि बढाउँछ । यस दृष्टिबाट तन्त्रलाई बेग्लै प्रकारको साधना मानिएको छ । यसको आश्रय लिएर साधारण श्रेणीका मानिस पनि आध्यात्मिक मार्गमा अग्रसर हुन सक्छन् । यो सत्य हो कि बीचको समयमा तन्त्रको स्वरूप अत्यन्तै विकृत बनाइयो र यसको उपयोग अधिकांशमा मारण, मोहन, उच्चाटन, वशीकरण आदि जस्ता जघन्य उद्देश्यको पूर्तिको लागि गरिन थालियो । तर तन्त्रको शुद्ध रूप भने यस्तो होइन । यसको प्रमुख उद्देश्य एउटा एउटा सिँढी चढेर आत्मोन्नतिको शिखरमा पुग्नु हो ।

'मुद्रा : प्रवक्ष्यामि यामि मादन्ते सर्व–देवता'

शारदा तिलक तन्त्र (२३।१०६) को यस उक्तिअनुसार साधना जगतमा मुद्राहरूको महात्म्य झल्किन्छ । विश्वमा प्रचलित प्रायः सबै धर्ममा मुद्राको विशेष स्थान रहेको पाइन्छ । तर सनातम धर्मअन्तर्गत आगम शास्त्र अर्थात् तन्त्रमा मुद्राहरूको जति वर्णन पाइन्छ, त्यति कतै पनि पाइन्नन् । पूजा एवं साधनामा मुद्रा प्रदर्शित गर्नाले सबै देवता आनन्दित हुन्छन्, पापहरूको क्षय हुन्छ र देवताहरूको सान्निध्य मिल्न थाल्दछ ।

मुद्राद्वारा साधक भौतिक संसारभन्दा उत्तरोत्तर माथि उठेर व्यापक अनन्तको भावना प्राप्त गर्न समर्थ र सफल हुन्छन् । यसैले मुद्रा आध्यात्मिकताका सशक्त माध्यम हुन् । हातका औँला र मुठ्ठीलाई जोड्ने, मोड्ने र खोल्ने गर्नाले सम्पूर्ण मुद्रा बन्दछ । अतएव हात, औँला र मुठ्ठी (मुष्ठि) का भेद जान्नु आवश्यक छ ।

हातका मुद्रा-भेद

मणिबन्ध वा नाडी, जहाँ राखी वा घडी बाँधिन्छ, बाट कान्छी औँलासम्मको भागलाई हात भनिन्छ । यसको अग्रभागलाई पंच शाख, शम र पाणि भनिन्छ । यसमा जुन औँलाहरू हुन्छन्, ती कर-पल्लव या शाख हुन् ।

औँलाहरू पाँच ओटा हुन्छन् । यसमा पहिलो औँला बूढी औँला, दोस्रो चोर औँला, तेस्रो माझी अथवा जपकरणी, चौथो साहिँली र पाँचौँलाई कान्छी औँला भनिन्छ । यी सबै औँलाहरूलाई बन्द गर्नाले मुठ्ठी बन्दछ र खोलेपछि करतल हुन्छ । करतलको पीठलाई करपृष्ठ भनिन्छ ।

तीर्थ र देवता

हातमा देवता र तीर्थ पनि प्रतिष्ठित छन् । हातको आरम्भमा बूढी औँलाको केही तल आत्म तीर्थ, हातको अन्तमा औँलाहरूको माथि हुँदै परमार्थ तीर्थ, हातका माथिको भागमा कान्छी औँलाको केही तल देव तीर्थ र हातको दक्षिण चोरी र बूढी औँलाको बीचमा पितृ तीर्थ छ ।

पंच महाभूत

हातका औँलाहरूमा पाँचै महाभूत प्रतिष्ठित छन् । प्राण-तोषिणी मन्त्रको अर्थ कांडको प्रथम परिच्छेदमा नील तन्त्रको वचनानुसार– १. कान्छी औँलामा पृथ्वी तत्त्व २ साहिँली औँलामा जल तत्त्व ३. माझी औँलामा अग्नि तत्त्व ४. चोरी औँलामा वायु तत्त्व र ५. बूढी औँलामा आकाश तत्त्व विद्यमान छ ।

परम लक्ष्य प्राप्तिमा सहायक

मुद्राभिरेव तृप्यन्ति न पुष्पादिक पूजनैः
महापूजा कृतातेन येन मुद्राष्टकं कृतं

मेरु तन्त्रको यस उक्तिले महापूजामा मुद्रा प्रदर्शनको महत्त्व स्पष्ट गर्दछ । मुद्रा देखाउने भक्त, साधकमाथि देवता द्रवित भएर दया गर्दछन्, राक्षस पनि मुद्राको प्रभावबाट अनुकूल हुन्छन् । मुद्राको साधनाद्वारा मनुष्यले शारीरिक र मानसिक शक्तिहरूको वृद्धि गर्दै आफ्नो आध्यात्मिक उद्देश्यको

मुद्राहरू अनेक छन् । घेरण्डसंहितामा यसको संख्या २५ बताइएको छ तर शिवसंहितामा २५ बाट मुख्य मुद्राहरूलाई छाँटेर यसैको गणना गरिएको छ जुन यसप्रकार छन्–

१) **महामुद्रा** २) **महाबन्ध** ३) **महाभेद** ४) **खेचरी** ५) **जालन्धर बन्ध** ६) **मूलबन्ध** ७) **विपरीत–करणी** ८) **उड्डीयान** ९) **वज्रोली** र १०) **शक्ति चालिनी** ।

पूर्ति गर्न सक्दछ । मुद्रा प्रदर्शनबाट पूजाले महापूजाको स्तर प्राप्त गर्दछ । मुद्रा प्रदर्शनबाट विष आदिद्वारा मूर्छित व्यक्ति पनि स्वस्थ हुन्छ, व्याधि र मृत्युको निवारण मुद्राहरूद्वारा हुन जान्छ । यति मात्र होइन, मानव जीवनको परमलक्ष्य 'मोक्ष'सम्म पुग्नमा मुद्रा विशेष सहायक हुन्छ । तन्त्र मार्गमा कुण्डलिनी शक्तिको ठूलो महिमा बताइएको छ । यसको जागरणबाट षट्चक्र भेदन त हुन्छ नै, साथै सहजरूपमा प्राणवायु सुषुम्नाबाट बहन लाग्दछ । यसबाट चित्त स्थिर हुन जान्छ र मोक्ष मार्ग खुल्न जान्छ । यस शक्तिलाई जागृत गर्नमा मुद्राबाट विशेष सहायता मिल्दछ । तर मुद्राहरूको अभ्यास भने योग्य गुरुबाट सिकेर मात्र गर्नुपर्दछ ।

विविध देवताहरुका प्रमुख मुद्राहरु यसप्रकार छन्–

विष्णु : शंख, चक्र, गदा, पद्म, वेणु, जीवत्स, कौस्तुभ, वनमाला, ज्ञान, विलव, गरुड, नृसिंह, वाराह, हयग्रीव, धनुष, बाण, परशु, जगन्मोहिनी, काम । **शिव** : लिंग, पाश, अंकुश, विघ्न, परशु, मोदक, बीजपुर । **सूर्य** : पद्म । **शक्ति** : पाश, अंकुश, वर, अभय, धनुष, बाण, खड्ग, चर्म, मूसल, दुर्ग । **महाकाली** : महायोनि, मुण्ड, भूतनी । **महालक्ष्मी** : लक्ष्मी, चक्र । **महासरस्वती** : अक्ष माला, वीणा, व्याख्या, पुस्तक, गौ । **तारा** : योनि, भूतनी, बीज, धूमिनी, लोलिहा । **त्रिपुरसुन्दरी** : सर्वसंक्षोभणी, सर्वविद्राविणी, सर्वकर्षयाणि, सर्ववश्यकरी, सर्वोन्मादिनी, महाकुशा, खेचरी, बीज योनि ।

जय गुरुदेव !

आफूलाई चिनौँ

कुनै अपरिचित मानिसले हामीलाई 'तपाईंले आफूलाई चिन्नुभएको छ ?' भने प्रश्न गऱ्यो भने हामीलाई अचम्म लाग्न सक्दछ। जवाफ नै दिनुपऱ्यो भने हामी आफ्नो नाम, ठेगाना इत्यादि भनेर हाम्रो परिचय दिन्छौँ । तर फेरि त्यही प्रश्न दोहोरिएमा पक्कै पनि तपाईं हामीलाई लाग्नेछ कि यो मानिस पागल त भएको छैन ? सामान्यतया यस्तो लाग्नु स्वाभाविक हो तर एकछिन गहिरिएर सोचौँ त, के प्रश्न साँच्चिकै निरर्थक छ ?

मानव जीवनको प्रमुख कर्तव्य अनि लक्ष्य भनेको नै आफूले आफैलाई चिन्नु हो किनकि जनसम्म 'म को हुँ' र 'मैले के गर्नुपर्छ' भन्ने थाहा हुँदैन तबसम्म आफूद्वारा सम्पादित हुने क्रियाकर्महरूका बारेमा सही जानकारी नै प्राप्त गर्न सकिँदैन । त्यही भएर नै होला हाम्रा प्राचीन शास्त्रहरू र हाम्रा पूर्वज ऋषिमुनिहरूले मनुष्यलाई ' आत्म-पहिचान'तर्फ उन्मुख हुनका लागि विशेष जोड दिएको पाइन्छ। आफूलाई चिन्ने प्रक्रिया सिकाउनकै लागि स्वयं परमात्मा पनि मनुष्यरूपमा अवतरित हुनुभएका थुप्रै उदाहरणहरू आध्यात्मिक जगत्मा भेट्टाउन सकिन्छ। जब एउटा आत्माले मनुष्य देह धारण गरेर यस धर्तीमा आउँछ र शरीरगतरूपमा हुर्कंदै विकसित हुँदै अगाडि बढ्छ तब बिस्तारै व्यक्तिले आफ्ना जीवनका विभिन्न उद्देश्य र लक्ष्यहरू निर्धारण गरेर लक्ष्य प्राप्तिको दिशामा आफ्ना कदमहरू अगाडि बढाउन थाल्दछ। तर आत्म-पहिचान गर्न नसक्दा व्यक्तिको आफ्नो मूल लक्ष्य र आफूले निर्धारण गरेको लक्ष्यमा असामञ्जस्य पैदा हुन गई जीवन असन्तुलित बन्न पुग्दछ किनभने हामीले आफ्नो लक्ष्य निर्माणको आधार आफूलाई नबनाएर हाम्रो सांसारिक परिवेशलाई बनाएका हुन्छौँ । आफूलाई नै नचिनेर गरिएको लक्ष्य निर्धारणले आफ्नो कर्तव्यपथको सही दिशा समात्न व्यक्ति सधैँ असमर्थ हुन्छ। फलस्वरूप हामी हाम्रो जीवनलाई धेरै प्रयत्नका बावजूद पनि सफल र सार्थक बनाउन सक्दैनौँ । हामी सांसारिक भुलभुलैयाको चक्रव्यूहमा परी नै रहन्छौँ। त्यसैले आफूलाई चिन्नु नै हामी सबैको प्रमुख दायित्व भएको छ।

मलाई चिनेको छ ? म को हुँ थाहा छ ? यस्ता अभिव्यक्तिहरू समाजमा विभिन्न व्यक्तिहरूका मुखबाट प्रशस्तै सुन्न पाइन्छ। तर प्रश्न उठ्छ, के हामी प्रश्नकर्ता आफूले आफैलाई चिनिसकेका छौँ त ? यो एउटा गम्भीर चिन्तनीय विषय बन्न पुगेको छ। प्रायः सबै व्यक्तिहरू आफ्नो सीमित भौतिक उपलब्धि, सम्पत्ति, प्रतिष्ठा, शारीरिक बल, भौतिक (बाह्य) सुन्दरता र सामाजिक राजनैतिक रवाफ आदिकै भरमा उपरोक्त उद्गारहरू अभिव्यक्त गरिरहेका हुन्छन्। वास्तवमा ती सबैको परिचय फलानो, फलानोका छोरा/छोरी, फलानो घर-संस्थाको मालिक, कर्मचारी, पार्टीको नेता आदिभन्दा पृथक् हुँदैन । तर के यति नै हो त मान्छेको वास्तविक पचिय ? अवश्य पनि होइन। यी त केवल आफ्नो मूल स्वरूपलाई नै बिर्सिएर मानिसले आफै सृजना गरेका परिचयका द्योतक उपाधिहरू मात्रै हुन् जसले हाम्रो मूल स्वरूपको आधारभूत धरातललाई समेत स्पर्श गर्न सक्दैनन्। त्यसो भए को हौँ त हामी ? हाम्रो परिचय के हो ? स्वाभाविकरूपमा प्रश्न उठ्छ। तर जवाफ त्यति सजिलो छैन, अत्यन्तै जटिल छ । साथै यति रहस्यमय छ कि प्रश्नको उत्तर भेट्टाउँदा हामीले आफूलाई चिनिसकेका हुनेछौँ ।

मानव जीवन दिनानुदिन अत्यधिक व्यस्त बन्दै गइरहेको छ। हरेक मानिस दिनरात क्रियाशील छन्, गतिशील छन्। एकछिन समेत फुर्सद छैन कसैलाई। मानिसहरूको व्यस्तता र भागदौड हेर्दा यस्तो लाग्छ कि मानौँ उनीहरू कुनै प्रतियोगितामा सामेल हुन गइरहेका छन्। आफूलाई चिनाउने होडमा गरिने यो भागदौडको शृंखला अन्त्यहीन छ तर उपलब्धिशून्य देखिन्छ किनकि हामी आफैलाई बिर्सिएर चारैतिर भौँतारिइरहेका छौँ । अरूको देखासिकी र अनुकरण गर्नमा नै तँछाडमछाड गरिरहेका छौँ।

आफूलाई चिन्ने त प्रयास पनि गर्न छाडिसकेका छौँ । अनि कसरी सकिन्छ आफैलाई चिन्न ? कसरी सकिन्छ हाम्रो वास्तविक लक्ष्य भेट्टाउन ? तर अब आफूलाई नचिनेर धरै छैन किनभने हामीले जसरी भए पनि हाम्रो जीवनलाई सफल र सार्थक बनाउनु नै छ । अब कसरी चिन्ने त आफूलाई ? कुरो बडो जटिल छ तर यस जटिलतालाई सरल बनाउने सन्दर्भमा एउटा रोचक प्रसङ्ग यहाँ समावेश गरिएको छ जसको माध्यमबाट हामीले आफूलाई चिन्ने पाठ सिक्न सक्छौँ । प्रसङ्ग यसप्रकार छ–

पाश्चात्य देश रुसमा एकपटक वृहत् कुकुर प्रतियोगिता आयोजना गरियो र प्रतियोगितामा प्रथम हुनेलाई ठूलो पुरस्कारको व्यवस्था गरियो । प्रतियोगितामा भाग लिन सयौँ अचम्मका कुकुरहरू र तिनका मालिकहरू उपस्थित थिए । उक्त प्रतियोगिताको लागि एउटा भयङ्कर शीशमहलको भित्रपट्टि बीच भागमा टेबुलमाथि मासुको टुक्रा राखिएको थियो । (कुकुरलाई सबैभन्दा बढी मनपर्ने वस्तु मासु हो) जसले त्यो मासुको टुक्रा समात्छ त्यही कुकुर नै विजेता बन्ने व्यवस्था मिलाइएको थियो । बिस्तारै प्रतियोगिता आरम्भ भयो । पालैपालो गरेर प्रतियोगी पनि शीशमहलभित्र पठाइए । धेरै कुकुरहरू भित्रै नपसी डरले बाहिर फर्के । केहीलाई जबर्जस्ती भित्र हुलियो । तिनीहरू पनि थकित भएर मुखबाट र्‍याल चुहाउँदै बाहिर निस्के किनकि जब कुकुरलाई भित्र पठाइन्थ्यो तब कुकुर ऐनामा आफ्नो छायाँ (प्रतिविम्ब) लाई भित्र अनेकौं शत्रु कुकुरहरूमा विभक्त देख्थ्यो र ऊ झन्झन् जोडले भुक्न थाल्थ्यो र कराउँदा कराउँदा थकित भएर बाहिर निस्कन्थ्यो । सम्पूर्ण कुकुरहरूको नियति पनि यस्तै नै भएपछि अन्त्यमा बाँकी रहेको एउटा कुकुरलाई भित्र पठाइयो । भित्र पठाएपछि उक्त कुकुरले ऐनामा आफ्नो अनुहार राम्ररी नियाल्यो । वरिपरि हेर्‍यो, अलि पर अगाडिपट्टि टेबुलमा मासुको टुक्रा देख्यो र सीधा आएर मासुको टुक्रालाई च्यापेर बाहिर निस्क्यो । अन्ततः उसैलाई प्रतियोगिताको विजेता घोषणा गरियो । तर त्यो कुकुरले कसरी त्यस्तो आश्चर्यजनक कार्य गर्‍यो त ? यसबारेमा आयोजकहरूले कुकुरको मालिकसँग प्रश्न सोधे । मालिकले भन्यो– 'मैले सबै ऐना देखाएर यसलाई यसको स्वरूप चिनाउने प्रयास गरेको हुँ ।' वास्तविकरूपमा सम्पूर्ण कुकुरहरूले आफ्नो स्वरूपलाई नै चिन्न सकेनन् । आफैलाई शत्रु ठाने र आफ्नै स्वरूपसँग हारे तर अन्तिममा एउटा कुकुरले आफ्नो स्वरूपलाई चिन्यो र उही नै प्रतियोगिताको विजेता बन्यो । हामी कुकुरलाई तुच्छ जीव ठान्छौँ तर कुकुरबाट हामीले धेरै कुराको पाठ सिक्नुपर्ने भएको छ । उपरोक्त घटनाले पनि कुकुरले हामीलाई धेरै कुरा सिक्नको लागि प्रेरित गरेको छ ।

भगवान् बुद्धले धेरै तपस्या गर्नुभयो, आफूलाई पलपल जलाउनुभयो तर अन्तमा आफैलाई चिनेर छोड्नुभयो, महाज्ञान अर्थात् बुद्धत्व प्राप्त गरेरै छोड्नुभयो । आफ्नो समग्र बुद्धत्वको निचोड प्रस्तुत गर्दै भगवान् बुद्ध भन्नुहुन्छ– 'केवल आफूलाई चिन, आफ्नो स्वरूपलाई चिन, तिमी आफैलाई प्रकाशमय हुँदै गरेको पाउनेछौ । आफैमा सम्पूर्णता पाउनेछौ । ज्ञान र प्रकाश आफैमा अन्तर्सम्बन्धित छन् । जहाँ ज्ञान छ त्यहाँ प्रकाश छ र जहाँ प्रकाश छ, त्यहाँ ज्ञान छ । वास्तवमा आत्मज्ञानले नै हामीलाई प्रकाशमय बनाउँछ । त्यसैगरी समाज कल्याणको लागि प्रतिपादन भएका संसारका जति पनि धर्म र दर्शनहरू छन्, तिनीहरूले कुनै न कुनै रूपमा व्यक्तिलाई आत्म-पहिचान गर्नेतर्फ संकेत गरेका छन् । मानिसलाई चिनाउनकै लागि संसारमा सयकडौँ शास्त्रहरूको रचना भएको छ । सयकडौँ मार्गहरूको प्रादुर्भाव भएको छ तर ती सबैलाई आत्मसात् गर्न हामीले सयकडौँ जन्म लिए पनि सम्भव छैन । तसर्थ, हामीले अब हाम्रा शास्त्रहरूको मूल निचोडलाई सीधै हृदयमा उतारेर अगाडि बढ्नुपर्ने बेला भएको छ र सबैभन्दा महत्त्वपूर्ण कुरा यो छ कि हामीले हाम्रो तन, मन, आत्मालाई पूर्णरूपमा श्री गुरु चरणमा समर्पित गर्नुपर्ने बेला आएको छ किनकि जबसम्म हामीले सद्गुरुलाई चिन्न सक्दैनौँ तबसम्म आफूलाई पनि चिन्न सक्दैनौँ । सामान्य मानिसको लागि यो कुरा असम्भव प्रायःनै हुन्छ । तर हामी गुरुलाई चिन्छौँ तब गुरुले पनि हामीलाई चिनाइदिनुहुनेछ कि हामी को हौँ भनेर, हाम्रो लक्ष्य के हो भनेर हामीलाई आफैसँग परिचित गराएर अगाडि बढाउने क्षमता शिवस्वरूप सद्गुरुदेवबाहेक अरू कोसँग नै पो हुन सक्छ ? तसर्थ, आजैबाट गुरु चरणमा आफूलाई समर्पित गरौँ र आफूलाई चिन्ने प्रयासमा लागौँ । जय गुरुदेव !

ध्यानका प्रकार

ध्यानको विराट् संसारमा प्रवेश गर्ने कोशिश गऱ्यौं भने यसको विराटतालाई न त शब्दमा चर्चा गर्न सकिन्छ, न कुनै व्याख्यामा नै । चाहे हिन्दु हुन् वा बौद्ध, इसाई हुन् वा मुस्लिम अथवा यहुदी, चाहे जुनसुकै धर्मका हुन्, चाहे स्त्री हुन् वा पुरुष, गोरा हुन् वा काला, सबैले समान रूपले ध्यान गर्न पाउने अधिकार छ । मानिसहरू धेरै भए पनि, विभिन्न संघ सम्प्रदाय भए पनि ध्यानलाई विभाजन गर्न खोज्नु अज्ञानता हो जस्तो लाग्छ, ध्यानलाई नबुझेको जस्तो लाग्छ ।

ध्यान त ध्यान नै हो, यसलाई विभाजन गर्नुको खासै अर्थ नरहन सक्छ । विश्वभरिका सबै धर्म, संघ, सम्प्रदायका मानिसहरूले ध्यान गर्ने तरीका एउटै छ । सबैले बसेर आँखा चिम्लेर नै ध्यान गर्दछन् । ध्यानमा आँखा चिम्लने तरीका संसारभरि एउटै छ । त्यसैले ध्यान त एउटै छ तर प्रक्रिया फरक हुन सक्छ ।

ध्यान आफैमा गहन विषयवस्तु भएकोले, उच्चस्तरको विधा भएकोले यसलाई प्राप्त गर्न, यसलाई सहज बनाउन विभिन्न संघ, सम्प्रदायमा यसका विधिहरूमा विविधता पाइन्छ । वास्तविक ध्यान एउटै भए पनि गर्ने तरीका फरक हुन सक्छन् । ध्यानका विधिहरू अलि अलि तलमाथि हुन सक्छन् तर वास्तविक सत्यचाहिँ फरक हुन सक्दैन । ध्यानको परिभाषा, यसको वास्तविक लक्ष्य एउटै हो । ध्यानबाट प्राप्त हुने उपलब्धि एउटै हो तैपनि ध्यान गर्नको लागि सजिलो होस् भनी ध्यानलाई सगुण र निर्गुण गरी दुई भागमा विभाजन गरेको पाइन्छ । कतै कतै ध्यानलाई तीन, चार वा त्यसभन्दा पनि धेरै भागमा विभाजन गरेको पाउँछौं ।

सामान्यतया ध्यान साकार विषयवस्तुहरूको माध्यमले गरिने भएकोले सगुण ध्यान भनिन्छ । कुनै आकार, स्थूल वस्तु, राम, कृष्ण अथवा कुनै मूर्तिहरू सम्झेर गरिने ध्या(नलाई सगुण ध्यान भनिन्छ ।

परब्रह्म स्वरूपमा कुनै आकार, प्रकार नभएको निर्गुण निराकारको ध्यानलाई निर्गुण ध्यान भन्ने गरेको पाइन्छ । यसमा कुनै सीमित आकारको ध्यान गरिँदैन, कुनै वस्तुमा मात्र केन्द्रित नभई विराट् सत्ताको ध्यान गरिन्छ, शून्यको ध्यान गरिन्छ ।

ध्यान आर्यावर्तका प्राचीन ऋषिमुनिहरूको देन हो तथापि अन्य धर्महरूमा पनि यसको प्रचलन रहेको पाइन्छ । विभिन्न धर्म, संघ सम्प्रदायले पनि विभिन्न नाम र स्वरूप दिई आ-आफ्नै ढङ्गले ध्यानलाई पूर्णताका साथ अपनाएका छन् जसरी हिन्दु धर्मावलम्बीहरूले अपनाएका छन् ।

द्विविधं भवति ध्यानं सगुणं निर्गुणं तथा
सकलं सगुणं ज्ञेयं निष्कलं निर्गुणं भवेत् ॥

सगुण र निर्गुण भेदले ध्यान दुई किसिमका हुन्छन् । कलासहितको ध्यान सगुण हो भने निष्कल ध्यान निर्गुण भनिन्छ । (गोरक्षशतक-१६३)

विभिन्न धर्म, संघ, सम्प्रदायहरूमा रहेका ध्यानका केही प्रचलित रूप–

मसीही ध्यान- भारतवर्षका केही हठयोगीले झैं 'डेजर्ट फादर्स' पनि शान्त स्थलमा ध्यानको साधना गर्नुपर्ने कुरामा जोड दिन्थे । उनको भनाइ थियो– 'प्रभुको नाम प्रत्येक सासमा रहेको हुनुपर्दछ ।'

पाँचौं शताब्दीमा जेरुसेलमका प्रसिद्ध गुरु 'हेसिचियस'ले यस नाम जप पद्धतिलाई एउटा नयाँ नाम दिए । यसलाई 'हेसिचिज्म' भनिन्छ र उनका अनुसार 'विचार विकारको जन्मदाता हो । जबसम्म विचारहरू आउँदछन् तबसम्म मन चञ्चल रहिरहन्छ किनकि विचार शैतानको दूत हो । यसर्थ, यदि कसैले ईश्वर प्राप्तिको चाहना राख्छ भने उसले सबैभन्दा पहिले आफ्नो मस्तिष्कलाई विचारशून्य बनाउनुपर्दछ र मस्तिष्कलाई विचारशून्य पार्ने एउटै मात्र मार्ग हो– कुनै शान्त ठाउँमा बसी विशिष्ट प्रार्थनाद्वारा ईश्वरको नाम जप्नु । यसप्रकारको ध्यानलाई मसीही ध्यानको रूपमा अपनाउने गरेको पाइन्छ ।

यहूदी ध्यान– यहूदीहरूमा विशेष गरी प्रचलित यस पद्धतिलाई यहूदी धर्ममा 'कब्बाला' भनिन्छ । यो ध्यान मात्र नभई योगीहरूको तान्त्रिक विद्या पनि हो । यस पन्थका

अनुयायीहरूका अनुसार व्यक्ति आफ्नो शरीरको आवश्यकता एवं स्वभावद्वारा बाँधिएको छ, जसको कारण उसले सुविधाहरूको खोजी गर्दछ र पीडाहरूबाट टाढा भाग्दछ। तर यसरी भाग्नुभन्दा आन्तरिक बन्धनको डोरी चुँडाउन खोज्नु आवश्यक मात्र नभई उत्तम पनि हुन्छ।

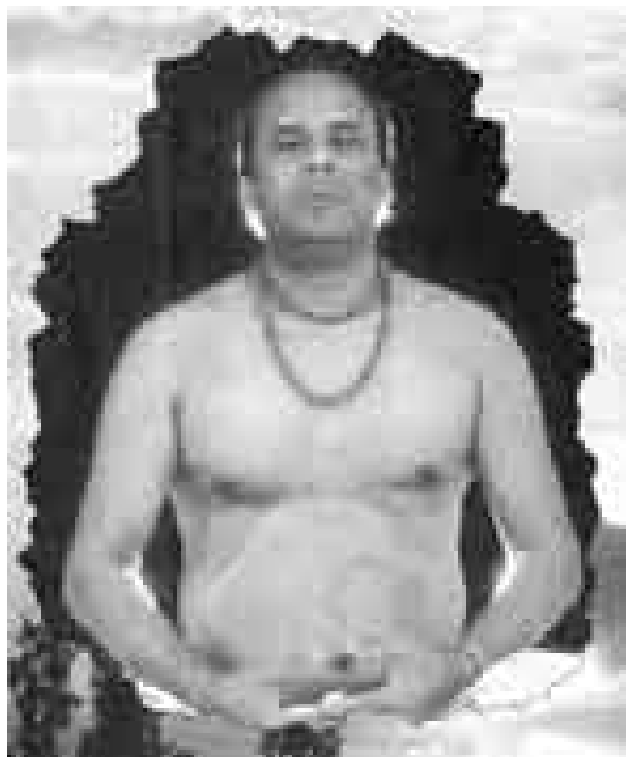
यसका लागि उसले आफ्नो शक्ति, सामर्थ्य एवं सहनशीलताको यति धेरै विकास गर्नुपर्दछ जसबाट शरीरको सीमालाई नाघ्न ऊ सफल होस्। यसबाट स्पष्ट हुन्छ कि 'कब्बाला' एउटा यस्तो गूढ विद्या हो जसको माध्यमबाट व्यक्तिभित्रको अव्यक्त तहसम्म पुग्न सकिन्छ।

इस्लाम धर्म– इस्लाममा रहस्यवादी सूफीहरूले जप र ध्यानको एउटा विशेष पद्धतिलाई अपनाएका छन् जसलाई 'तसव्वुफ' भनिन्छ। सूफी सन्तहरूका अनुसार एक वर्षसम्म पूजा गरिरहनुभन्दा एक घण्टा ध्यान गर्नु धेरै उत्तम हुन्छ। सूफी ध्यान पद्धतिअनुसार यो संसार नश्वर छ, यहाँका सबै चीज नाशवान् छन्, केवल खुदा (ईश्वर) मात्र आफ्नो पूर्ण गरिमा एवं उच्च महिमाका साथ निरन्तर रहिरहनुहुन्छ।

यो विचार सूफीहरूका लागि प्रेरणाको स्रोत हो जसले उनीहरूलाई नश्वर संसारबाट विरक्त भई अजर, अमर खुदातर्फ मोडिने शिक्षा दिन्छ।

अर्हत परम्परा– जैन एवं बौद्ध धर्ममा ध्यानलाई विशेष महत्त्व दिइन्छ। यिनीहरूको मतानुसार ध्यानको माध्यमबाट व्यक्तिले समस्त सांसारिक विकारबाट मुक्त हुँदै अर्हत बुद्धत्व प्राप्त गर्न सक्दछ। यस पद्धतिअनुसार प्रारम्भमा मस्तिष्कलाई कुनै एउटा वस्तु वा विचारमाथि केन्द्रित गर्न सिकाइन्छ। ध्यानबाट ज्ञानसम्म अनेकौं सिँढीहरू छन् जसमा यो बताइएको हुन्छ कि 'नश्वर ज्ञान नष्ट गरी अनश्वर ज्ञान प्राप्त गर र आफ्नो मूल स्वरूपलाई बुझ।' यसको उद्देश्य साधकको ध्यान महाशून्यमा केन्द्रित गर्नु थियो। ध्यानको यस प्रक्रियालाई 'जाजेन'को आसन पनि भनिन्छ। जाजेन भनेको पद्मासनमा बस्नु हो।

जैन धर्मअनुसार यसको पहिलो चरण हो– पद्मासनमा बसी ध्यान लगाउनु। दोस्रो चरण हो– यसै बसी बसी कुनै पनि चीजमा ध्यान केन्द्रित नगरी सबै चीज हेर्दै, सबै कुरा सुन्दै पनि एक्लो रहन सक्ने अभ्यास गर्नु र तेस्रो चरणमा हिँड्दै, डुल्दै प्रत्येक क्षण चारैतिरको आकर्षण एवं समस्त जीवनका क्रियाकलापमा रहेर पनि एक्लोपनाको अवस्थामा बाँच्न सक्ने अभ्यास गर्नु।

यसप्रकारले सबैले कुनै न कुनै रूपमा ध्यानको पद्धतिलाई बुझाउने प्रयास गरेका छन् तथापि यी सबैको मूल मर्म एउटै हो।

ख्याल राख्नुपर्ने कुराहरु

जान्नुपर्ने केही कुराहरू

स्थान : शुद्ध, पवित्र, शान्त वातावरण भएको स्थान।
काल (समय) : उषाकाल, रात्रिको अन्तिम प्रहर।
आसन : जमीनमा कुशासन, चकटी, आदि।
आसन : स्वस्तिक आसन, पद्मासन, सुखासन आदि।
अवधि : अनुकूलता अनुसार आधा घण्टा, एक घण्टा।
खानपान : खानेबित्तिकै नगर्ने।

कुन अवस्थामा ध्यान नगर्ने ?

➢ धेरै थाकेको अवस्थामा ध्यान नगर्ने।
➢ शारीरिकरूपमा कुनै कष्ट भए, कमजोरी भए नगर्ने।
➢ खाना खानेबित्तकै नगर्ने, कम्तिमा पनि १५ मिनेटपछि ध्यान गर्ने।
➢ मानसिकरूपमा कुनै विचलन हुँदा नगर्ने।
➢ राग, द्वेष, घमण्ड, अहंकार लिएर कहिल्यै ध्यान नगर्ने।

ध्यान गर्ने समय

➢ ध्यान सकेसम्म बिहानको ब्रह्ममुहूर्तमा गर्दा राम्रो हुन्छ।
➢ ध्यान सकेसम्म बिहानको ३:०० बजेदेखि ६:०० बजेभित्र गर्दा राम्रो हुन्छ।
➢ बेलुका ध्यान गर्ने भए सूर्यास्तको समय उपयुक्त हुन्छ।
➢ त्यसबेला नमिलेमा रातको १२:०० बजे भन्दा अगाडिसम्म

गर्दा राम्रो । सकेसम्म राति वा दिनको १२:०० बजेदेखि २:०० बजेसम्म ध्यान नगरेको राम्रो ।

उत्तम समय

बिहान ३:०० - ६:०० बजेसम्म
बेलुका ५:०० - ७:०० बजेसम्म

मझौला समय

बिहान ६:०० - ८:०० बजेसम्म
बेलुका ७:०० - ९:०० बजेसम्म

ठीकै समय

बिहान ८:०० - १२:०० बजेसम्म
बेलुका ९:०० - १२:०० बजेसम्म

ध्यान गर्नुअघि ध्यान दिनुपर्ने कुराहरू

- आफूलाई सजिलो हुने पहिरन लगाउने ।
- ध्यान गर्दा सकेसम्म एकान्त स्थानमा गर्ने ।
- अक्सिजनको कमी नहुने, ताजा हावा आउने ठाउँमा गर्ने ।
- ध्यान गर्दा सकेसम्म राम्रो समय पारेर गर्ने ।
- बस्ने ठाउँमा सकेसम्म आसन प्रयोग गर्ने जसले गर्दा सजिलोसँग बस्न सकियोस् ।
- आसनको लागि कपडाको, कुशको वा अन्य कुनै चकटीको प्रयोग गर्ने ।
- आफूलाई सजिलो लाग्ने आसन जस्तै सुखासन, अर्धपद्मासन, पद्मासन, सिद्धासन वा वज्रासनमा पनि बसेर गर्न सकिनेछ ।
- सकेसम्म कोठामा धेरै चहकिलो बत्ती प्रयोग नगर्ने ।
- आवश्यकतानुसार मन्द स्वरमा कुनै पनि मनपर्ने संगीत वा धुनको प्रयोग गर्न सकिनेछ तर यो अनिवार्य होइन ।
- ध्यान गर्दा आफूले मानीआएका देवीदेवतालाई पनि प्रार्थना गर्न सकिनेछ ।
- कुनै दिव्य गुफा, मन्दिर, सुन्दर चौर आदि स्थानमा बसेर पनि ध्यान गर्न सकिन्छ ।

ध्यानको लागि तयारी

- सकेसम्म एकान्त, शुद्ध हावा आवत-जावत हुने स्थान रोज्ने ।
- आफूलाई अनुकूल, सजिलो लाग्ने आसनमा बसेर गर्ने ।
- कुनै विशेष पहिरन, सल, च्यादरहरू छन् भने प्रयोग गर्न सकिन्छ ।
- सकेसम्म अगाडि गुरु तस्वीर, पादुका, देवीदेवताका फोटाहरू भएको ठाउँमा गर्ने ।
- अगरबत्ती, दीप बाल्न अनुकूल छ भने बालेर गर्ने ।

जय गुरुदेव !

तुलसीस्तोत्रम्

श्रीगणेशाय नमः।।

जगद्धात्रि नमस्तुभ्यं विष्णोश्च प्रियवल्लभे।। यतो ब्रह्मादयो देवाः सृष्टिस्थित्यन्तकारिणः।।१।।
नमस्तुलसिकल्याणि नमो विष्णुप्रिये शुभे।। नमो मोक्षप्रदे देवि नमः संपत्प्रदायिके।।२।।
तुलसी पातु मां नित्यं सर्वापद्भ्योऽपि सर्वदा।। कीर्तितापि स्मृता वापि पवित्रयति मानवम्।।३।।
नमामि शिरसा देवीं तुलसीं विलसत्तनुम्।। या दृष्ट्वा पापिनो मर्त्या मुच्यन्ते सर्वकिल्बिषात्।।४।।
तुलस्या रक्षितं सर्व जगदेतच्चराचरम्।। या विनिर्हन्ति पापानि यां दृष्ट्वा वा पापिभिर्नरैः।।५।।
नमस्तुलस्यतितरां यस्यै बद्ध्वा बलिं कलौ।। कलयन्ति सुखं सर्व स्त्रियो वैश्यास्तथाऽपरे।।६।।
तुलस्या नापरं किञ्चिद्दैवतं जगतीतले।। यया पवित्रितो लोको विष्णुसङ्गेन वैष्णवः।।७।।
तुलस्या पल्लवं विष्णोः शिरस्यारोपितं कलौ।। आरोपयति सर्वाणी श्रेयांसि वरमस्तके।।८।।
तुलस्यां सकला देवा वसन्ति सततं यतः।। अतस्तामर्चयेल्लोके सर्वान्देवान्समर्चयन्।।९।।
नमस्तुलसि सर्वज्ञे पुरुषोत्तमवल्लभे।। पाहि मां सर्वपापेभ्यः सर्वसम्पत्प्रदायिके।।१०।।
इति स्तोत्रं पुरा गीतं पुण्डरीकेण धीमता।। विष्णुमर्चयता नित्यं शोभनैस्तुलसीदलैः।।११।।
तुलसी श्रीमहालक्ष्मीर्विद्याविद्या यशस्विनी।। धर्म्या धर्मानना देवी देवीदेवमनःप्रिया।।१२।।
लक्ष्मीप्रियसखी देवी द्यौर्भूमिरचला चला।। षोडशै तानि नामानि तुलस्याः कीर्तयन्नरः।।१३।।
लभते सुतरां भक्तिमन्ते विष्णुपदं लभेत्।। तुलसी भूर्महालक्ष्मीः पद्मिनी श्रीर्हरिप्रिया।।१४।।
तुलसि श्रीसखि शुभे पापहारिणी पुण्यदे।। नमस्ते नारदनुते नारायणमनःप्रिये।।१५।।

इति श्री पुण्डरीककृतं तुलसीस्तोत्रं सम्पूर्णम्।

गुरुकृपाबाट प्राप्त अनुभव

परमपूज्य सद्‌गुरुदेवहरूको कृपा, आशीर्वादस्वरूप धेरैले धेरै अनुभव-अनुभूति प्राप्त गर्नुभएको छ । अनुभव अनुभूति आफैमा परमपूज्य सद्‌गुरुदेवहरूको हामीप्रतिको अनुग्रह हो । यस्तो अनुग्रह प्राप्त गर्ने भाग्यमानीहरूमध्ये एकजना म पनि हुनाले आफूले पाएका अनुभूति सबैका लागि लाई प्रेरणादायक होस् भनेर यहाँ प्रस्तुत गर्न गइरहेको छु, आज्ञा तथा अनुमति चाहन्छु ।

२०६५ साल पौष १५ गते–

मेरी दिदीले पूजा लगाउँदै हुनुहुन्थ्यो । मलाई निम्तो आइपुग्यो । राति सुत्नुभन्दा अगाडि पूजामा जाऊँ कि नजाऊँ भनेर मैले गुरुदेवहरूसँग आज्ञा मागेँ । राति सपनामा गुरुदेवहरूबाट हवन, ध्यानमा जाने आज्ञा प्राप्त भयो । पूजा लगाइएको स्थान जानका लागि ठाडो बाटो थियो । बीच बाटोमा धेरै हरियो मकै, सुन्तला, वर पिपलको बोट थिए । वर पिपलको बोटमुनि भगवान् गणेशको पूजा भइरहेको थियो । अकस्मात् मेरो छिमेकी आएर दुईवटा दीयोलाई निभाइदियो । म धेरै आत्तिएँ , यो के अनर्थ भयो भनेर डर लाग्यो । त्यही बेला दुईजना योगी आउनुभयो । उहाँहरूले पवित्रीकरण गरेर माथि हवनमा लानुभयो । अचानक मेरो रुद्राक्षको माला गिलो भयो । त्यो देख्नासाथ योगीहरू आएर 'यसरी जप गर्ने हो ?' भन्नुहुँदै जप्ने तरीका सिकाउनुभयो ।

२०६५ माघ १४ गते–

अचानक म यस्तो जंगलमा पुगेँ जहाँ मैले पूजा सकेर फर्कँदा पहेँलो सादा कपडामा एकजना आमैलाई देखेँ । मैले उहाँलाई प्रसाद दिएँ । त्यसभन्दा केही पर गुफा देखिन्थ्यो । गुफाको मुखमा हावापानीको वेग चट्टानमा ठोक्किएर फुरुर उडिरहेको थियो । त्यो उडेर आकाशमा गयो । मेरो पछाडि एकजना साधुजस्तो देखेँ । उहाँले जबर्जस्ती मलाई पछाडिबाट फुकिदिनुभयो । त्यसपछि त्यही गुफाभित्र लिएर जानुभयो । त्यहाँ अत्यन्तै सुन्दरी युवतीहरू थिए । त्यस कोठाबाट अर्को कोठाजस्तो ठाउँमा पुग्नासाथ दुवैजना आउनुभयो । उहाँहरूले मेरो निधार र दुवै गालामा केही वस्तु लगाइदिनुभयो । त्यो वस्तु के हो भन्ने मलाई थाहा छैन । त्यसपछि दुवै आँखा बन्द गरेर हात जोडेर प्रणाम गरेपछि ममा ठूलो कम्पन उठ्यो । त्यसपछि परमपूज्य सद्‌गुरुदेव श्री श्री महायोगी गुरु गोरखनाथ एवं परमहंस स्वामी श्री निखिलेश्वरानन्द महाराजको श्रीचरणकमलमा कोटिकोटि प्रणाम भनेर पृथ्वीमातालाई ढोग्न खोज्दा उहाँको पाउमा छोएँ । मैले उहाँको पाउ हटाउने आग्रह गरेँ तर उहाँ मान्नुभएन । त्यसपछि मैले मनमनै पृथ्वीमातालाई ढोगेँ ।

२०६५ माघ १५ गते–

सपनामा अचानक मेरी दिदी माया विरामी हुनुभयो । दिदीले आफ्नो हात मेरो काँधमा राख्नुभयो । म डराएँ । त्यतिबेला मैले गुरुदेवको मन्त्र जप्नासाथ दिदीको हात मेरो काँधबाट तल खस्यो । दिदी भुइँमा पल्टनुभयो । म रोएँ, कराएँ । मेरो कानमा यस्तो आवाज गुञ्जन पुग्यो– तिम्रो निधार तिम्रो दिदीको निधारमा जोड्नू । त्यसपछि यो मन्त्र जपेर विगुत (भस्म) ले घेरिदिनू । त्यसपछि ॥ ॐ नमो गुरु मछिन्द्र शब्द साँचा पिण्ड काँचा मेरा भक्ति, गुरुका शक्ति नवनाथै जगाऊँ, चौराषीनाथै जगाऊँ फूरो मन्त्र ईश्वरो गुरु गोरख वाचा ॥ भन्नासाथ मेरी दिदी उठ्नुभयो र उहाँले भन्नुभयो– वर्षौंदेखि यही मन्त्रको खोजीमा दिएँ । त्यसपछि मेरी दिदीलाई पूर्वजन्मको कुरा स्मरण भयो र उहाँले भन्नुभयो– म श्री श्री महायोगी गुरु गोरखनाथको प्रिय भक्त थिएँ । त्यसबेला अति नै अनौठो मान्छेजस्तो रङ्गी विरङ्गी रङ देखिनुका साथै अति नै मधुरो मीठो आवाजको धुन सुनिएको थियो । यस्तो भनिएको आवाज सुन्निथ्यो कि मेरी आमा, दिदी, म र दिदीकी छोरी साम्राज्ञीको कैयौं जन्मको सन्बन्ध छ । तर त्यो सम्बन्ध खुलाएर भनिएको थिएन ।

हाम्रो घर साधारण पुरानो छ तर तिम्रो घर तिमीहरूलाई देखाउँछु हेर भन्नुभयो । यही नै हाम्रो घर हो भनेर छुट्याउनै सकिन । घर रहेको ठाउँ यति सुन्दर थियो कि यस्तो ठाउँ त मैले कहिल्यै देखेको थिएन । त्यसपछि त्यस घरबाट निस्कनू भन्नुभयो । मोती रङको छहरा हाम्रो अगाडि दुईपटकसम्म खस्यो । दुईपटक खस्दा कम्तिमा तीन मिनेट समय लागेको थियो होला । आकाशमा पनि त्यस्तै उदयमान भएको थियो जुन यही नै हो भन्नै नसकिने थियो । उक्त वस्तु औंसी र पूर्णिमामा पुनः देखाउने वाचा गरेर उहाँहरू विलीन हुनुभयो । जय गुरुदेव !

राजकुमारी गुरुङ
पोखरा

तन्त्रको शाश्वत स्वरूप

(सद्‌गुरुदेव प्रवचनांश)

आज म तपाईंहरू सबैलाई त्यस जटिल विषयतर्फ लैजाँदैछु जुन आफैमा अत्यन्त गहन र बुद्धिभन्दा बाहिर रहेको छ । त्यो रहस्य अथवा तन्त्रको बारेमा बोल्नुभन्दा अगाडि म तपाईंहरूको यो धारणालाई स्पष्ट पार्न चाहन्छु कि तन्त्र जीवनको श्रेष्ठतम विद्या एवं उपाय, प्रकार हो । तन्त्रसँग भयभीत हुनु आवश्यक छैन । जो तन्त्रसँग भयभीत हुन्छ, त्यो मनुष्य नै होइन । ऊ साधक त बन्नै सक्दैन । साधक बन्नको लागि त पहिलो शर्त नै यही हो कि उसले आफैमा तन्त्र जान्ने क्रिया गरेको होस् र तन्त्र जानेको होस् । तर दुर्भाग्य यो छ कि पछिल्ला ४-५ सय वर्षसम्म अथवा भनौं कि गुरु गोरखनाथको समयकालपछि तन्त्रको बारेमा बहुत अधिक भ्रान्तिहरू फैलिए । गुरु गोरखनाथको समयमा तन्त्र आफैमा सर्वोत्कृष्ट विद्या थियो र समाजका प्रत्येक वर्गले यसलाई अपनाएका थिए । समाजमा तन्त्र लोकप्रिय थियो र समाजले यस कुरालाई स्वीकार्दथ्यो कि तन्त्र आफैमा महत्त्वपूर्ण छ र जीवनका जटिल समस्याहरूलाई सुल्झाउनको लागि केवल तन्त्र नै सहायक हुन सक्दछ । परन्तु गुरु गोरखनाथको समयकालपछि जुन वर्ग उत्पन्न भयो र गुरु गोरखनाथको शिष्य परम्परामा जुन भयानन्द भन्ने व्यक्ति थिए, उनले तन्त्रको विकृत रूपलाई अगाडि ल्याइदिए । उनले तन्त्रको तात्पर्य भोगविलास, मद्य, मांस, मदिरा आदिलाई नै प्रधानता दिए । पंचमकारको प्रारम्भ भयानन्दबाट नै भएको थियो ।

"मद्यं, मांसं तथा मत्स्यं
मुद्रा मैथुन मेव चः
म कार पंचवर्गस्यात्
स तन्त्रः स तान्त्रिकोः"

अर्थात् जुन व्यक्तिले यी पंचमकारलाई प्राप्त गर्दछन् वा पाँच मकारको धारणा गर्दछन्, यसैमा लिप्त रहन्छन्, तिनै तन्त्रज्ञ हुन् र तन्त्र पनि त्यही हो ।

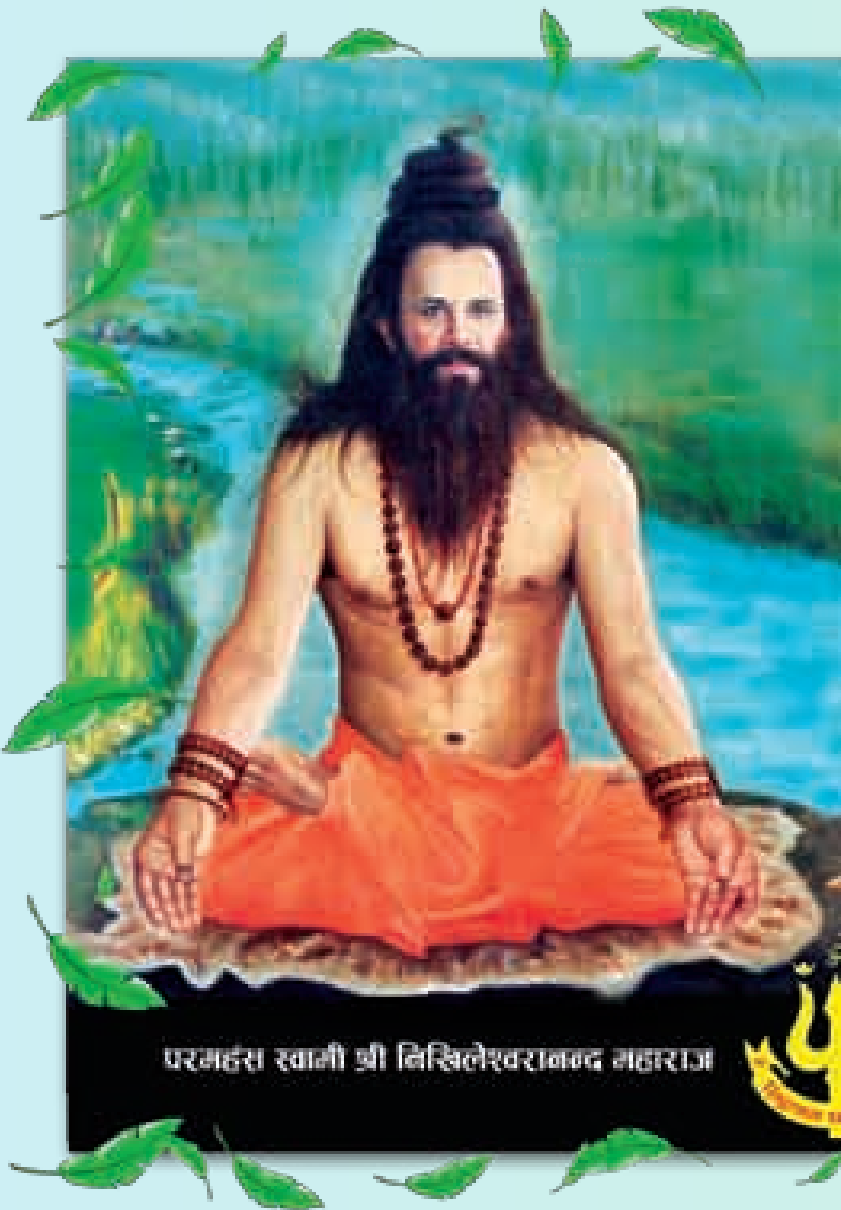
ती रक्सी, मासु, परस्त्रीगमनमा लिप्त व्यक्तिहरूले बाँकी सम्पूर्ण तान्त्रिक विधाहरूलाई छोडिदिए किनकि यसको लागि मेहनतको आवश्यकता थियो, साधनाको आवश्यकता थियो, श्रेष्ठताको आवश्यकता थियो र एउटै आसनमा स्थिर हुनु आवश्यक थियो जुन उनीहरू गर्न सक्दैनथे । उनीहरू स्वयंमा यो सामर्थ्य थिएन ।

उनीहरूले त्यसो गर्न सक्दैनथे त्यसैले अत्यन्त साना-साना विधाहरू वशीकरण क्रिया, मारण क्रिया, मोहन क्रिया, उच्चाटन क्रियाजस्ता माध्यमहरूबाट आफ्नो जीवनलाई उपार्जन गर्न थाले । त्यसैले गर्दा नै केवल मारण, मोहन, उच्चाटन आदि क्रियाहरूलाई नै तन्त्र मान्न थालियो जबकि तन्त्रको यति सानो र संकीर्ण घेरा छैन । तन्त्र त आफैमा विशाल सागर हो जहाँ हजारौंहजार साधनाहरूको माध्यमबाट

जीवनमा पूर्णता प्राप्त गर्न सकिन्छ ।

अब प्रश्न उठ्छ कि वर्तमान जीवनमा तन्त्रको उपयोगिता छ त ? जब मन्त्रकै माध्यमबाट कुनै पनि देवतालाई अनुकूल बनाउन सकिन्छ, मनोवाञ्छित कार्य सम्पन्न गर्न सकिन्छ भने तन्त्रको आवश्यकता कहाँनेर पर्दछ त ? यसको आवश्यकता किन छ त ? यी प्रश्नहरू आफैमा सही छन् किनकि कुनै पनि कार्य सम्पन्न गर्नका लागि दुईवटा विधाहरू छन्– १. मन्त्र शास्त्र र २. तन्त्र शास्त्र ।

पहिलो प्रकारमा, जसलाई हामीले मन्त्र साधना भनेका छौं, केवल प्रार्थना छ, स्तुति छ र केवल प्रार्थना वा स्तुति मात्रले देवताले त्यो कार्य सम्पन्न गरुन् यो जरुरी छैन । तर यो दोस्रो प्रकारबाट भने देवीदेवताहरू कार्य सम्पन्न गर्न बाध्य हुन्छन् । आजको युगमा हामीसँग यति धेरै समय छैन कि हामी बारम्बार हात जोडौं, स्तुति गरेर बसौं । आरती गाएर, भोग लगाएर, पूजा आजा गरेर “हे लक्ष्मी माता, मलाई धन, वैभव प्रदान गर्नुहोस्” भनेर बारम्बार प्रार्थना गर्दै २०/२५ वर्ष बितायो तर अवस्था भने उस्ताको उस्तै, सधैं गरिब, सधैं भोको, सधैं दुःखी । यत्तिका समय हामीसँग छैन । त्यसैले दोस्रो तरीका नै हामीसँग शेष रहन्छ र दोस्रो तरीकाको अर्थ हुन्छ कि दुई शब्दमा स्पष्टरूपमा लक्ष्मीलाई बाध्य गरिदिऔं कि हामीलाई धन, वैभव अथवा हामी जीवनमा जे चाहन्छौं आर्थिक उन्नति, व्यापारिक उन्नति प्राप्त होस्, हर हालतमा प्राप्त होस् । यो तन्त्रको माध्यमबाट सम्भव छ ।

आम साधकहरूमा, गृहस्थहरूमा यो चिन्तन रहेको हुन्छ कि के हामीजस्ता गृहस्थ मानिसले यसप्रकारका तान्त्रिक साधनाहरू सम्पन्न गर्न सक्छौं ? म भन्छु कि गृहस्थले नै यसप्रकार तान्त्रिक साधनाहरू सम्पन्न गर्न सक्छन्, गृहस्थहरूका लागि नै यी साधनाहरू ज्यादा उपयोगी छन् किनकि उनीहरूका इच्छा, आकांक्षा पनि ज्यादा हुन्छन् । समाजमा बस्नको लागि सयौं प्रकारका समस्याहरू उनीहरूले भोग्नुपर्ने हुन्छ, कार्य गर्नुपर्ने हुन्छ, सयौं बाधा, व्यवधानहरूसँग जुध्नुपर्ने हुन्छ, शत्रुमाथि विजय प्राप्त गर्नुपर्ने हुन्छ । त्यसैले यी सम्पूर्ण समस्याहरूको समाधानको लागि गृहस्थले तन्त्र साधना सम्पन्न गर्नु अति आवश्यक हुन्छ ।

यहाँनिर अर्को शंकाले आम मानिसहरूको मस्तिष्कमा डेरा जमाएको छ कि ‘यदि हामी गायत्री साधना गर्छौं, सौम्य साधना गर्छौं, नित्य पूजा-पाठ गर्छौं, राम, कृष्ण, बुद्ध, महावीर वा अन्य देवीदेवताहरूको पूजा, अर्चना गर्दछौं भने के हामीजस्ता व्यक्तिले तन्त्र साधना सम्पन्न गर्न सक्छौं त ? अथवा हामी बिहान-बिहान जुन पूजापाठ आदि गर्छौं, त्यसैको साथसाथै तन्त्र साधना पनि गर्न सक्छौं त ?’ निश्चितरूपले गर्न सक्नुहुन्छ । यसमा कुनै बाधा, अड्चन छँदै छैन किनकि यो पनि त्यही पूजापाठकै एउटा तरीका

गर्न सक्छन्, पूर्ण क्षमताका साथ ।

अर्को कुरा तन्त्र साधनाको लागि यो अनिवार्य र आवश्यक छ कि यसको उपकरण सही र प्रामाणिक होस् । उपकरणको मतलब साधनासँग सम्बन्धित यन्त्र, चित्र, माला, आसन, गुटीका आदि हुन् । यदि तपाईसँग प्रामाणिक यन्त्र छैन भने चाहे जति नै साधना गर्नुहोस्, जतिसुकै मन्त्र जप गर्नुहोस्, सफलता प्राप्त हुन सक्दैन । चाहे हिमालयमा नै बसे पनि तन्त्रलाई त मनोयोगबाट भए पनि आफ्नो अगाडि राख्नैपर्छ । चाहे हामी ढुङ्गालाई नै कुनै प्रकारको तन्त्रको आकार दिएर साधना गरौं, तर त्यो ढुङ्गालाई पनि तन्त्रको आकार चाहिँ दिनैपर्छ । यदि यसो गर्न सम्भव छैन भने गुरुसँगबाट सम्बन्धित यन्त्र लिऔं । तन्त्रमा अलग-अलग कार्यको लागि अलग-अलग मालाको विधान छ । कहीं काठको मालको विधान छ भने कहीं हात्तीको दाँतको माला चाहिने हुन्छ । त्यस्तै कहीं मोती मालाको विधान छ भने कहीं सर्प अस्थिको मालाको विधान छ । कहीं मुगामाला, स्फटिक माला, हकिक माला आदिको विधान छ । अलग-अलग तन्त्रको लागि अलग-अलग मालाको विधान शास्त्रमा स्पष्ट शब्दमा उल्लेख गरिएको छ ।

यो त गुरुले नै स्पष्ट गर्न सक्दछन् कि कुन साधनाको लागि कुन मन्त्र आवश्यक छ र कुन मालाले जप गर्नुपर्दछ । करमालाबाट तन्त्र साधनामा जप हुँदैन । त्यसैले माला त अनिवार्य र आवश्यक छ र जुन माला र यन्त्र हुन्छ, त्यो पूर्णरूपले मन्त्रसिद्ध होस्, चैतन्य होस् र गुरु आदेशबाट प्राप्त भएको होस्, अर्थात् गुरुप्रदत्त होस् । यस्तो भयो भने मात्र साधनामा सफलता प्राप्त हुने सम्भावना बन्दछ । यसको साथसाथै तीन-चारवटा अन्य तथ्यहरूमाथि पनि ध्यान पुऱ्याउनु पर्दछ । पहिलो त यो कि तन्त्रमा दिशाको अत्यन्त ठूलो महत्त्व रहेको हुन्छ । हामी उत्तर फर्किने हो कि, दक्षिण हो कि, भुइँतिर हेरेर साधना गर्ने हो कि ? यो सबै थाहा पाउन अनिवार्य छ । दोस्रो हो वस्त्र । कुन प्रकारको वस्त्र लगाएर साधना गर्ने हो, यो पनि अत्यन्त महत्त्वपूर्ण हुन्छ । यहाँ वस्त्रको

हो, एउटा प्रकार हो ।

जुन प्रकारले तपाईं गायत्री मन्त्र जप गर्नुहुन्छ, गायत्री मन्त्रलाई तन्त्रको माध्यमबाट पनि सम्पन्न गर्न सकिन्छ र यो पनि आफैमा एउटा तरीका हो । यी दुवै प्रकारमा कुनै पनि प्रकारको भेद छँदै छैन ।

यहाँ म यो कुरा स्पष्ट गरिदिन चाहन्छु कि तन्त्र साधना पुरुषले गर्न सक्छन् भने महिलाले पनि गर्न सक्छन् । महिलाको लागि तन्त्र साधनामा कुनै प्रकारको दोष वा न्यूनता छैन । साधक शब्द जहाँ छ, त्यहाँ केवल साधकता छ । महिला होस् या पुरुष, कुनै फरक छैन, मतभेद छैन । जुनसुकै प्रकारका साधनाहरू जसरी पुरुषले गर्न सक्छन् त्यसैगरी महिलाले पनि

तात्पर्य हो रङ्ग । कुन रङ्गको वस्त्र लगाउने, कुन रङ्गको सल (च्यादर) ओढ्ने, धोती लगाउने वा नलगाउने वा सामान्य चोखो लुगामै साधना गर्ने, यो पनि महत्त्वपूर्ण कुरा हो । तेस्रो हो उपकरण । हामी बिलकुल स्पष्ट हुनुपर्दछ, कुन दिशामा फर्कने, अगाडि घ्यूको बत्ती बाल्ने कि तेलको बत्ती बाल्ने अथवा बाल्नै नपर्ने हो कि, यन्त्रलाई कहाँ स्थापना गर्ने, कुन मालाले मन्त्र जप गर्ने, कति मन्त्र जप गर्ने, एक रातमा कति मन्त्र जप गर्नुपर्छ, जप शुरु गर्नु अगाडि के-के प्रक्रिया गर्नुपर्छ, जप सकिएपछि के गर्नुपर्छ, आदिजस्ता सम्पूर्ण कुराहरू पहिल्यै जान्नु जरुरी हुन्छ । तर तन्त्र साधना गर्दा यो चाहिँ अनिवार्य वा आवश्यक छैन कि तपाईं भोकै बस्नुहोस्, भोजनै नगर्नुहोस् । एक छाक खानुपर्ने, दुई छाक खानुपर्ने, त्यस्तो कुनै आवश्यकता छैन । एक छाक मात्र खानुपर्छ भन्नुको कारण यो हो कि जब तपाईं राति साधना गर्न बस्नुहुन्छ त्यसबखत आलस्य नहोस्, थकाइ महसुस नहोस्, पेट भारी नहोस् र निर्बाधरूपमा साधना गर्न सकियोस् । शास्त्रमा कम भोजन गर्ने, एक छाक खाने अथवा केही पनि नखाई व्रत बस्ने भन्नुको मूल कारण यही नै हो । त्यसैले भोजन आरामले गर्न सक्नुहुन्छ । त्यसैगरी तन्त्र साधना गर्दा तपाईं साधना कक्षमै पनि नै सुत्न सक्नुहुन्छ, अलग्गै कोठामा पनि सुत्न सक्नुहुन्छ, भुइँमा वा पलङ्गमा जेमा पनि सुत्न सक्नुहुन्छ । यसमा कुनै प्रकारको व्याघात छैन । यो अलग्गै कुरा हो कि कतिपय साधनाहरूमा ब्रह्मचर्यको अखण्डताका साथ पालना गर्नु अनिवार्य मानिएको हुन्छ किनकि यसबाट तेजस्विता बनिरहन्छ, मुहारमा ओज, कान्ति बनिरहन्छ, मन्त्रश्चेतना बनिरहन्छ र साधनामा पूर्णता सफल हुन सकिन्छ ।

त्यस्तैगरी साधना गर्दा कुन आसनमा बसेर गर्ने, त्यो पनि महत्त्वपूर्ण हुन्छ । सामान्यतया साधना गर्दा पद्मासन, सुखासन वा वीरासनमा बसेर गर्नु उपयुक्त हुन्छ तर बारम्बार आसन बदल्नु उचित हुँदैन । तपाईंलाई सुखासन, वीरासन जुन सजिलो लाग्छ त्यही आसनमा बसेर साधना गर्न सक्नुहुन्छ तर आफू बस्ने ठाउँमा कुनै प्रकारको आसन (ऊनी, सुती वा अन्य कुनै कपडा, रङ्ग आदि) राख्ने हो त्यो भने पहिल्यै स्पष्ट हुनुपर्दछ । प्रत्येक साधनाको लागि अलग-अलग प्रकार वा रङ्गको आसन प्रयोग गर्ने विधान रहेको छ । यसप्रकार तन्त्र साधना सम्पन्न गर्दै तपाईं सफलता प्राप्त गर्नुहोस् र यदि तपाईंलाई सिद्धि प्राप्त भयो भने, तपाईंको सामु अप्सरा स्पष्ट प्रकट भइन् वा बगलामुखी स्पष्ट प्रकट भइन् वा लक्ष्मी प्रकट भइन् भने तपाईंले भूलवश पनि त्यसलाई प्रदर्शन नगर्नुहोला, अरूलाई चमत्कार देखाउनको लागि प्रयोग नगर्नुहोला । यी रहस्यहरूलाई स्पष्ट गर्दै यदि तपाईं साधना सम्पन्न गर्नुहुन्छ भने अवश्य सफल हुनुहुनेछ किनकि मेरो आशीर्वाद प्रत्येक क्षण तपाईंको साथ छ ।

परमपूज्य सद्गुरुदेवको अवतरण यात्रा

यस स्तम्भअन्तर्गत परमपूज्य सद्गुरुदेव परमहंस स्वामी श्री निखिलेश्वरानन्द महाराजको रहस्य नै रहस्यले भरिएको अवतरण यात्रालाई क्रमशः प्रकाशित गर्दै आएका छौँ । आशा छ यसबाट पाठकवर्ग लाभान्वित हुनुहुनेछ ।

रत्नविशेषज्ञ

रत्नहरूको महिमा युगौंदेखि गाउँदै आइएको छ र अधिकांश व्यक्तिहरूलाई थाहा छ कि रत्नको माध्यमद्वारा मानिसको भाग्य नै बदल्न सकिन्छ । सारांशमा मोटामोटी चौरासी रत्न विख्यात् छन् र त्यसमाथि पनि नौ रत्न सर्वाधिक महत्त्वपूर्ण मानिन्छन् । यी चौरासी रत्नहरूले शरीरमा पाइने १६८ रोगहरू निको पार्न औषधिको रूपमा कार्य गर्दछन् ।

रत्नहरूको कृपाको बारेमा बुझ्नु तथा यसको समुचित उपयोगको सम्बन्धमा पूर्णरूपले स्पष्ट हुन सकिएको थिएन । सद्गुरुदेवले रत्नको रहस्य जसरी समाजसमक्ष प्रस्तुत गर्नुभयो त्यसरी नै विभिन्न पद्धतिद्वारा तिनीहरूको उपयोग तथा प्रयोगको मार्ग प्रशस्त गर्नुभएको छ ।

वास्तवमा मनुष्यको सम्पूर्ण जीवन ग्रहद्वारा संचालित हुन्छ । अनि ग्रहका रश्मि (किरण) हरूको सन्तुलनद्वारा नै व्यक्ति स्वस्थ रहन्छ । यदि यो सन्तुलन बिग्रन गयो भने व्यक्ति बिरामी पर्न जान्छ वा उसको व्यवहारसमेत बिग्रन सक्छ । त्यसकारण यदि त्यस समयमा ती न्यून रश्मिहरूको पूर्ति गरिदिने हो भने त्यो व्यक्ति बलवान्, स्वस्थ तथा धनवान् पनि हुन सक्छ । त्यसैले यसको लागि रत्न धारण गर्ने गरिन्छ ।

रत्नको प्रयोगको क्रममा यसको भस्म पनि उपयोग गर्ने गरिन्छ । रत्नचिकित्सा आफैमा एक जटिल अनि अनुभवजन्य मानिन्छ । रत्नचिकित्साको लागि योग्य हस्तरेखाविज्ञ हुनु पनि जरुरी हुन्छ । साथै हातका रेखाहरू हेरी रोगको अनुमान लगाउन पनि सक्नुपर्दछ । पूज्य गुरुदेवले रत्न प्रभावद्वारा गोली (चक्की) बनाउने तरीका पनि स्पष्ट पार्नुभएको छ । उहाँले भन्नुभएको छ– पाँच रत्तीको पन्ना सात दिनसम्म तथा पछि सवा रत्तीको माणिक्य दुई ग्राम शुद्ध अल्कोहलमा एकै ठाउँमा हालेर बिर्को बन्द गरी राख्ने र यसबाट जुन गोली तयार हुन्छ त्यो श्वास रोग (दम) को लागि पूर्णरूपले प्रभावकारी हुन्छ । यसैप्रकार मिर्गी रोगको समूल नाशका लागि बराबर तौलका माणिक्य र निलमलाई २१ दिनसम्म अल्कोहलमा राखेर बनाइएको गोली पूर्णरूपले प्रभावकारी हुन्छ ।

परमपूज्य गुरुदेवले रत्नहरूलाई पञ्चतत्त्वद्वारा सम्बन्धित गरी शरीरको तात्त्विक सन्तुलन कायम राख्ने मार्ग पनि प्रशस्त गर्नुभएको छ । दिल्लीका एकजना गहना व्यापारीको दुःखद कथा सम्झनयोग्य छ– ती व्यापारी करोडपति थिए । तर कालको प्रवाहसँगै बिस्तारै उनको आर्थिक स्थिति गिर्दै गयो र अन्तमा तिनीहरू चारै भाइहरू करीब कंगाल बन्ने स्थितिमा पुगे । घर लिलाम भयो, दोकान लगभग बन्द नै भयो भने गाडीहरू पनि समाप्त भए । यसैबीच तीमध्ये जेठा चाहिँ पूज्य गुरुदेवको दर्शनका लागि गए र आफ्नो दुःख गुरुदेवलाई सुनाए । पूज्य गुरुदेवले उसको हात हेरेर भन्नुभयो– हुन त खुनी निलम धारण गर्न कसैले पनि रुचाउँदैनन् तर तिम्रो लागि भने यो लाभदायक नै छ । यदि तिमीले कहींबाट खुनी निलम मगाई धारण गर्‍यौ भने पुनः उन्नति गर्न सक्नेछौ । प्रयास गर्दा गर्दा एकजनासँग खुनी निलम रहेको थाहा भयो । निलमका धनीले भने– खुनी निलम लगाएर म बरबाद भएको छु, म त छुन्न तर तपाईंलाई चाहिएको भए गएर ल्याउन सक्नुहुन्छ । मूल्य भने तपाईंको इच्छानुसार दिनुहोला ।

दुई लाख पर्ने खुनी निलम ती व्यापारीलाई दश हजारमा नै प्राप्त भयो । उनले त्यसलाई सुनको औंठीमा जडेर धारण गरे । त्यस दिनदेखि नै उनको भाग्यले कोल्टे फेर्‍यो र त्यो निलमले यस्तो चमत्कार देखायो कि ६ महिनामा नै त्यो फर्म पुनः करोडौंमा चल्न थाल्यो अनि आर्थिक दृष्टिले पनि अत्यन्त मजबुत भयो । ती व्यापारी आफ्नो उन्नतिको कारण त्यही खुनी निलमलाई मान्दछन् । त्यसपछि पनि उनले यसलाई धारण गरिरहे ।

यस्ता अनेकौं घटनाहरू छन् जसबाट पूज्य गुरुदेवको

रत्नसम्बन्धी ज्ञान तथा चिन्तन छर्लङ्ग हुन्छ । तर गुरु कृपावश जति उहाँले बताउनुभयो, त्यो त स्पष्ट नै छ । तर योभन्दा निकै धेरै त हामीले उहाँसँग सिक्नु नै छ । यसरी गुरुदेवको चरणमा रहेर यस ज्ञानको प्राप्ति गर्नु नै वास्तवमा रत्नविषारद् बन्नु हो ।

विद्वान् लेखक

स्वामी सच्चिदानन्दज्यूको आज्ञा शिरोधार्य गरी उहाँकै शिष्य निखिलले एक सयभन्दा धेरै ग्रन्थहरूको रचना गर्नुभयो जसमा ज्योतिष, मन्त्र, सम्मोहन, योग, रसायन शास्त्र, साधनादि दुरुह विषयहरूसँग सम्बन्धित ज्ञान खच(खच भरिएका छन् । यी कृतिहरूको विशेषता यो छ कि एकै क्रिया वा साध्यलाई (साधनासिद्धि) कसरी विभिन्न मार्ग वा विधिहरूबाट पनि प्राप्त गर्न सकिन्छ भन्ने हो । उहाँले एकातिर जहाँ तन्त्रको सर्वोच्च प्रयोग कृत्याको सरल तान्त्रिक विधि बताउनुभएको छ भने अर्कोतिर त्यही कृत्या सम्मोहनको माध्यमबाट पनि निर्माण गर्न सकिने सरल विधिको विवेचना गर्नुभएको छ । कतिपय सिद्धिहरू मन्त्र, तन्त्र तथा जडिबुटी अनि योगको माध्यमबाट पनि प्राप्त गर्न सकिन्छ ।

गुरुदेवको प्रमुख कृतिहरूमा भौतिक सफलता, साधना एवं सिद्धियां, महालक्ष्मी सिद्धि एवं साधना, लक्ष्मी प्राप्ति के ५१ दुर्लभ प्रयोग, स्वर्ण तन्त्रम्, हिमालयका सिद्ध योगी, निखिलेश्वरानन्द स्तवन, हिप्नोटिज्म के रहस्य, गुरुसूत्र, मन्त्र रहस्य, प्राक्टिकल हिप्नोटिज्म, वृहत् हस्तरेखा शास्त्र, रहस्यमय अज्ञात तन्त्रों के खोज मे, गोपनीय दुर्लभ मन्त्रों के रहस्य, तान्त्रिक सिद्धियां, भारतीय ज्योतिष, ज्योतिष योग चन्द्रिका, कुण्डली दर्पण, ज्योतिष रहस्य, हस्तरेखा रहस्य, श्मशान भैरवी, फलित ज्योतिष, कुण्डली रचना, अष्टक ज्योतिष और वर्ग, तन्त्र साधनाएं, अंक दीपिका, ज्योतिष और रत्न रहस्य, ज्योतिष और काल गणना, अमर भविष्य वाणियां, स्वप्न ज्योतिष आदि हुन् । यी सम्पूर्ण पुस्तकहरूमा एक एक विषयहरूका गहन ज्ञान सरल भाषामा सिंचित छन् । त्यसकारण यी सबैको एकै ठाउँबाट सतत प्रवाह महसुस गरी गुरुदेवको अमृतवाणी सर्वसाधारणले समेत प्राप्त गर्न सकून् भनी सन् १९८१ मा मन्त्र-तन्त्र-यन्त्र विज्ञान पत्रिकाको जन्म भयो । यस पत्रिकामा ज्योतिष मन्त्र, तन्त्र, आयुर्वेद, रसायनदर्शन आदि सम्पूर्ण विद्याहरूमा सर्वप्रथम शोधात्मक लेखहरू प्रकाशन गरिए । यसको विशेषता यो छ कि यस पत्रिकाका संरक्षक परमपूज्य सद्गुरुदेव परमहंस स्वामी श्री निखिलेश्वरानन्द महाराज हुनुहुन्छ । उहाँको माध्यमबाट सम्पूर्ण हिमा(लयको ज्ञान, चेतना तथा हलचल यसै पत्रिकामा समाहित भएको छ । विगत कैयौं वर्षदेखि ज्ञानको अथाह सागर पत्रिकाको रूपमा उर्लिरहेको छ र यस ज्ञानसागरमा सबै उमेर, वर्ग तथा जातिले गोता लगाई जीवनदर्शन प्राप्त गरेका छन् । पूज्य गुरुदेवले जसरी पुस्तकहरूको रचना गर्नुभयो त्यसरी नै आफ्ना पूज्य गुरुदेवको आज्ञाले जीवित पुस्तकहरू अर्थात् शिष्यहरूको निर्माण गर्नुभएको छ । यसका लागि विभिन्न शिविरहरूको समायोजना र सबैको लागि साधना सम्भव देखिएन । अनि शक्तिपातको माध्यमद्वारा आफ्नो तपस्याको अंश प्रदान गरी उनीहरूको सृजना गर्नुभयो । जय गुरुदेव !

जिन्दगीको गन्तव्य

दौडिरहेछन् भागिरहेछन् खै कता जान खोजिरहेछन्
गन्तव्यको बाटो नपाई भुमरीमा एक्लै भौंतारिरहेछन्
रत्न, मणि फाली ढुङ्गा माटो बटुलिरहेछन्
गुरुदेवको शरण नपाई भुमरीमा एक्लै भौंतारिरहेछन् ।

कहिले कोसँग, कहिले कोसँग व्यर्थै लडाइँ लडिरहेछन्
गन्तव्यको बाटो नपाई भुमरीमा एक्लै भौंतारिरहेछन्
मायामोहको घम्साघम्सीमा जीवनलाई धरापमा पारिरहेछन्
गुरुदेवको शरण नपाई भुमरीमा एक्लै भौंतारिरहेछन् ।

इन्द्रियहरूलाई नष्ट गरी वासनाको ज्वाला दन्काइरहेछन्
गन्तव्यको बाटो नपाई भुमरीमा एक्लै भौंतारिरहेछन्
सुख खोज्ने निहुँमा दु:खको सागरमा पौडिरहेछन्
गुरुदेवको शरण नपाई भुमरीमा एक्लै भौंतारिरहेछन् ।

आफ्नै लास काँधमा बोकी मृत्युको गीत गाइरहेछन्
गन्तव्यको बाटो नपाई भुमरीमा एक्लै भौंतारिरहेछन्
दौडिरहेछन् भागिरहेछन् खै कहाँ जान खोजिरहेछन्
गुरुदेवको शरण नपाई भुमरीमा एक्लै भौंतारिहेछन् ।

–विजय सिंह
आयुर्वेद क्याम्पस, कीर्तिपुर

आत्मीय पाठकवर्ग, गुरुको महिमा र महत्त्वको बारेमा शास्त्रले उल्लेख गरेका विषयहरूलाई जनसमक्ष उजागर गर्दै गुरूप्रतिको सच्चा भाव र भक्ति जागृत गर्ने उद्देश्यले यस स्तम्भअन्तर्गत अर्थसहित प्रकाशित गर्दै आइरहेका छौँ ।

एतल्लक्षण संयुक्तम्
सर्वभूतहिते रतम् ।
निर्मलं जीवितं यस्य
तस्य दीक्षा विधीयते ॥१८९॥

भावार्थ : सबै लक्षणले युक्त, सबै प्राणीको कल्याणमा लागेको, पवित्र जीवन भएको शिष्यलाई गुरुले दीक्षाका माध्यमले पावनतम बनाइदिनुहुन्छ। दीक्षा शिष्यलाई दिव्यतम बनाउने प्रक्रिया हो । दीक्षाको माध्यमले गुरुले शिष्यलाई आफ्नो तपस्यांश दिएर, आफ्नो ज्ञानको श्रेष्ठतम विन्दुलाई प्रदान गरेर उसलाई अध्यात्मजगत्मा श्रेष्ठतम बनाइदिनुहुन्छ जसबाट शिष्य सबै प्रकारले परिपूर्ण हुन्छ ।

शक्तो न चापि शक्तो वा
देशिकांघ्रि समाश्रयात् ।
तस्य जन्मास्ति सफलं
भोग मोक्ष फलप्रदम् ॥१९०॥

भावार्थ : व्यक्ति समर्थ होस् वा असमर्थ, उसले गुरुचरणको आश्रय प्राप्त गर्ने प्रयास अवश्य गर्नुपर्छ। गुरुको आश्रय नै एउटा यस्तो आधार हो जसको सहाराले साधक समस्त सांसारिक भोगहरूलाई प्राप्त गर्दै अध्यात्मपथमा अग्रसर हुन सक्छ किनभने जीवनको पूर्णता अध्यात्ममार्गमा मात्र छैन, ऊ सांसारिक भोगहरूको अनुभूति प्राप्त गरेर पनि पूर्ण हुन सक्छ र कर्मबन्धनबाट मुक्त भएर गुरुकृपाले आफ्नो जीवनलाई सफल बनाउन सक्छ ।

श्रुतिसारमिदं देवि !
सर्वमुक्तं समासतः ।
नान्यथा सद्गतिः पुंसां
बिना गुरुपदं शिवे ॥१९१॥

भावार्थ : यो गुरुगीता वेदहरूको सार हो, गुरुको आश्रय नपाउञ्जेल मानिसको कहिले पनि सद्गति हुन सक्दैन, यो नै वेदहरूको सार हो। गुरु गीता मातृस्वरूपिणी छ। तसर्थ, यसको पाठ गर्ने साधकलाई गुरुकृपा अवश्यै प्राप्त हुन्छ । यो गुरुगीता वेदहरूको सार हो जसमा गुरुको महत्त्व पूर्ण विस्तारले वर्णन गरिएको छ । भनिएको छ– गुरुबिना कुनै पनि क्षेत्रमा गति छैन । त्यसैले हर तरहले गुरुलाई नै प्राप्त गर्ने प्रयास गर्नुपर्छ ।

बहु जन्म कृतात् पापाद्
अयमर्थो न रोचते ।
जन्म बन्धनिवृत्यर्थं
गुरुमेव भजेत्सदा ॥१९२॥

भावार्थ : अनेक जन्ममा गरेका पाप-दोषहरूका कारणले गर्दा गुरुगीताको विषय तत्त्व राम्रो लाग्दैन। जन्मबन्धनबाट मुक्त हुनका लागि सदैव गुरुकै भजन गर्नुपर्छ। जसरी पित्तादि रोगहरूका कारण स्वादिलो खाना पनि तीतो लाग्छ, त्यसैगरी पापजनित दुष्कर्महरूका फलस्वरूप, मल तथा विक्षेप आदि दोषहरूका कारण गुरुबाट प्राप्त सम्बन्धित दिव्य चेतनामय ज्ञान पनि त्यस्ता साधकलाई अनुकूल लाग्दैन । यस्तो अवस्थामा उसको चिन्तन विपरीत नै हुन्छ ।

अहमेव जगत्सर्वं
अहमेव परं पदम् ।
एतज्ज्ञानं यतो भूयात्
तं गुरुं प्रणमाम्यहम् ॥१९३॥

भावार्थ : यो दृश्यमान् जगत् म नै हुँ, म नै परब्रह्म हुँ, यस्तो ज्ञान जसबाट प्राप्त हुन्छ त्यस्ता सद्गुरुलाई म प्रणाम गर्दछु। जहिलेसम्म साधकको मनमा यो शरीर भनेकै म हुँ, म नै जन्मन्छु र मर्छु भन्ने विपरीत ज्ञान रहन्छ, त्यस बेलासम्म उसको दशा अज्ञानको हुन्छ। ज्ञानको अवस्थामा गुरुकृपाबाट प्राप्त दिव्यदृष्टिले शिष्य समस्त संसारलाई ब्रह्ममय देख्न थाल्छ। यस्तो दिव्यता गुरुकृपाले मात्र प्राप्त हुन सक्छ ।

अलं विकल्पैरहमेव केवलो
मयि स्थितं विश्वमिदं चराचरम् ।
इदं रहस्यं मम येन दर्शितं
सवन्दनीयो गुरुरेव केवलम् ॥१९४॥

भावार्थ : यो संसार किन बन्यो ? कहिले बन्यो ? यो जीव किन जन्मिन्छ र किन मर्छ ? यो समस्त संसार कहिलेसम्म चल्छ ? यसको सूत्रधार को हो ? यस्ता प्रकारका विचार साधकको मनमा आउनु हुँदैन। यति मात्र ठान्नुपर्छ कि यो दृश्यमान् सम्पूर्ण संसार म नै हुँ तथा यो समस्त ब्रह्माण्ड ममा नै समाहित छ। अहोरात्र यस्तै विचार गर्नुपर्छ, यस्तो पावन रहस्यलाई जसले आफ्नो दिव्यदृष्टि प्रदान गरेर बुझाउनुहुन्छ त्यस्ता गुरुलाई नमस्कार छ। जय गुरुदेव !

ध्यान त चेतनाको स्पर्श हो

(परमपूज्य सद्‌गुरुदेव परमहंस स्वामी श्री निखिलेश्वरानन्द महाराजले आफ्नो अवतरणकालमा ध्यानसम्बन्धी थुप्रै प्रवचन दिनुभएको छ । तिनै प्रवचनहरुमध्येबाट यसपटक केही अंश प्रस्तुत गरिएको छ ।)

– परमपूज्य सद्‌गुरूदेव
डा. नारायण दत्त श्रीमालीज्यू

जुन बेलादेखि मानव सभ्यताले आँखा खोल्यो, ऋषिहरूले सिन्धु नदीको किनारमा वेदका ऋचाहरूको अध्ययन गरे, आर्यहरूले यस ब्रह्माण्डलाई हेर्न, परख गर्न शुरु गरे... सूर्य के हो ? चन्द्रमा के हो ? यी ताराहरू के हुन् ? यस पृथ्वीको अतिरिक्त पनि कुनै ग्रह छन् ? मनुष्य के हो ? मनुष्यको सृष्टि किन भयो ? मनुष्यको उत्पत्तिको अर्थ के हो ? भन्ने जिज्ञासा शुरु भयो तबबाट ध्यानको उत्पत्ति भयो किनकि ध्यान सम्पूर्ण मानव जातिको इतिहास हो । ध्यान एउटा रास हो, महारास हो, महानृत्य, जीवनको एउटा उमंग, जीवनको उल्लास, जीवनको सौभाग्य र सही अर्थमा भन्ने हो भने जीवनको पूर्णता हो ।

मानिसले केवल जन्म लिएर मसानघाटसम्मको यात्रा गरी आफैले आफैलाई समाप्त गरिदिन्छ । एउटा पर्दा समाप्त हुन्छ, अर्को जन्म प्रारम्भ हुन्छ । यस पर्दाभन्दा पहिले जुन जीवन थियो, त्यसको हामीलाई कुनै होश, ज्ञान, कुनै चेतना नै हुँदैन ।

जुन क्षण हामीले जन्म लिन्छौं त्यतिबेला केवल एउटा जीवन नै हाम्रो सामु हुन्छ । यो प्रभुको कृपा हो कि उहाँले वर्तमान जीवन र पूर्वजीवनको बीचमा एउटा पर्दा राखिदिनुभएको छ जसको कारणले अघिल्लो जीवनको बोझ, दु:ख, पीडा यस जीवनमा थाहै हुँदैन ।

तर यो जीवन के हो ? यस जीवनको मर्म, चेतना के हो ? यसलाई बुझ्नको लागि कुनै शास्त्र, वेद, उपनिषद्,

पुराण बनेका छैनन् । कुनै विश्वविद्यालय छैन । कुनै त्यस्तो ऋषिकुल बनेको छैन । यसबारे कुनै गुरुकुलमा शिक्षा दिइँदैन किनकि यो शरीरको भाव होइन, यो शरीरको विषयवस्तु होइन, यो त आन्तरिक उल्लास हो ।

मनभित्र गएर जुन चेतनालाई स्पर्श गरिन्छ त्यसैलाई ध्यान भनिन्छ । यसको बाह्य जीवनसँग कुनै सम्बन्ध हुँदैन । शरीर एउटा बेग्लै विषय हो र मन त्यसभन्दा पनि बिल्कुलै फरक विषय हो । वास्तविकरूपमा हेर्ने हो भने शरीर र मनको कुनै पारस्परिक सम्बन्ध छैन ।

प्रत्येक मनुष्यको शरीरबाट रश्मिहरू निस्कन्छन् र ती रश्मिहरूले अर्को मनुष्यको शरीरलाई स्पर्श गर्दछन् । यी रश्मिहरूको आदानप्रदानबाट सुख-दुःख, हानि-लाभ, जीवन-मरण, प्रेम-घृणा, यश-अपयश सबैको उत्पत्ति हुन्छ ।

मैले कसैसँग प्रेम गर्छु, यो केवल एउटा रश्मि, जसले पहिलो व्यक्तिबाट दोस्रो व्यक्तिको शरीरमा पुगेर यो भाव उत्पन्न गर्दछ । यसको मनसँग कुनै सम्बन्ध हुँदैन किनकि शरीरको शरीरसँग जुन सम्बन्ध स्थापित हुन्छ, त्यो केवल विषय वासनासँग सम्बन्धित हुन्छ– काम, क्रोध, लोभ र अहंसँग सम्बन्धित हुन्छ ।

यो त्यस्तै हो जस्तो तलाउको माथिल्लो सतहमा विभिन्न तरंगहरू देखिन्छन् । वास्तविकता जान्नको लागि जबसम्म त्यस मानसरोवरको गहिराइमा पुग्दैनौं, त्यसको भित्रसम्म जाँदैनौं तबसम्म त्यसको गहिराइको अन्दाज पनि हामी लगाउन सक्दैनौं, भित्रका रहस्यलोकहरू पनि देख्न सक्दैनौं । समुद्रको गर्भमा जुन मोतिहरू छन्, तिनीहरूको परख गर्न पनि सक्दैनौं र मानव जीवनरूपी समुद्रमा मोतीहरू देख्नको लागि शरीरभन्दा भित्र प्रवेश गर्नुपर्ने हुन्छ, शरीरभित्रै डुबुल्की लगाउन आवश्यक हुन्छ ।

जबसम्म हामी शरीरभित्र पस्न सक्दैनौं, जबसम्म हामीलाई शरीरभित्र प्रवेश गर्ने ज्ञान हुँदैन, तबसम्म हामी केवल जीवन र मृत्युको बीचमा संघर्ष गरिरहेका हुन्छौं । हामी दिनहुँ जन्मन्छौं, दिनहुँ मर्दछौं, कहिले प्रसन्न हुन्छौं त कहिले उदास, कहिले चिन्तित हुन्छौं त कहिले उत्साहित, कहिले पैसा बटुल्छौं त कहिले कसैसँग प्रेम गर्छौं र हामी स्वयंमा खुशीसाथ त्यस मसानघाटसम्मको यात्रा गर्दछौं जहाँ सबै कुरा समाप्त हुनेछ ।

- जब सबै कुरा समाप्त हुनेछ भने फेरि संग्रह के का लागि ?

- यो संग्रह क्रिया किन ?

- के संग्रह गर्ने ?

सही अर्थमा मानिस भ्रममा छ, एउटा भूलभुलैयामा छ किनकि मानिसले ती सबै कुरा जम्मा गरिरहेको छ जुन उसलाई आवश्यक नै छैन, जससँग उसको कुनै सम्बन्ध छैन । उसले जुन धन, पुत्र, पत्नी, बन्धु-बान्धव जोडिरहेको छ, उसलाई यिनीहरूको आवश्यकता छैन किनकि यी सबै उसको साथमा जान सक्दैनन् । यसप्रकार वास्तवमा असल चीज प्राप्त गर्नुपर्ने जुन आवश्यकता छ त्यसलाई गुमाइरहेको छ । जुन चीज चाहिँदैन उसले त्यसको संग्रह गरिरहेको छ । काम नलाग्ने व्यर्थका कसिंगर उठाइरहेको छ, असल मोतीहरूलाई छोडिरहेको छ ।

- र असल मोतीहरूलाई चिन्न त भित्र प्रवेश गरेर मात्र सम्भव हुन सक्दछ, गहिराइमा गएर, मझधारमा हाम(फालेर स्वयंलाई शरीरबाट पर हटाएर ।

मनुष्यलाई मन शब्दसँग जोडिएको छ, मन शब्दबाट मनुष्यको उत्पत्ति भएको हो । शरीर शब्दबाट मनुष्यको उत्पत्ति भएको होइन । यसको तात्पर्य यही भयो कि शरीरष्य भन्नुपर्थ्यो, मनुष्य भन्नु हुँदैनथ्यो र मनुष्य भनिन्छ भने हामीले मनलाई चिन्नु आवश्यक छ ।

जबसम्म हामीले मनलाई चिन्न सक्तैनौं तबसम्म हामी मनुष्य भनिनको लागि लायक हुँदैनौं । जस्तै कसैलाई गाई, भैंसी, बाघ, स्याल भन्न सकिन्छ, ठीक त्यसरी नै मनुष्य भन्न सकिन्छ किनकि जबसम्म हामी मन र त्यस मनको मूल धारणालाई बुझ्दैनौं, यसको चिन्तन गर्दैनौं भने पशु र हामीमा कुनै अन्तर रहनै सक्दैन ।

"मन इतिधात्वा स मनुष्यः"

मनुष्य तब मात्र मनुष्य बन्न सक्छ जब मनको कुनै कुनालाई समात्न सक्षम भइन्छ । त्यसकारण यसभन्दा अघि जुनसुकै कार्य गर्दछौं त्यो बाहिरीरूपमा गर्छौं र भन्छौं– मैले मनबाट गरिरहेको छु ।

प्रेमीले भनिरहेको छ– मनैबाट माया गरिरहेको छु ।

कसैलाई माया गर्दाको समयमा भन्छ– मनबाटै ति(मीलाई चाहन्छु ।

तर ती सबै शब्दका खेलवाड मात्रै हुन् किनकि मन त उसको नियन्त्रणमा छँदै छैन, मनलाई त उसले अहिलेसम्म चिनेकै छैन, मनलाई बुझेकै छैन, जब त्यस मनलाई बुझेकै छैन, चिनेकै छैन भने कुन हिसाबले भन्छ–

- मैले मनबाट तिमीलाई चाहेको छु !

- यो मनको माध्यमबाट तिमीलाई माया गर्छु अथवा स्मरण गरेर तिमीसम्म पुग्न चाहन्छु ! यो मनबाट सबै कुरा गरिरहेको छु ! र, मन उसको नियन्त्रणमा नै छैन । यस्तो व्यक्ति सही अर्थमा मनुष्य बन्न सक्दैन ।

यस कुरालाई बुझ्नको लागि ती प्रश्नको सहारा लिनुपर्दछ, प्रश्नको माध्यमबाट उत्तर दिनुपर्दछ जसबाट यो गूढतम विषय सरलतम हुन सकोस् । यो यति जटिल

विषय हो जसलाई शब्दमा बाँधन सकिँदैन । हावालाई बाँधनको लागि शब्दहरू आफैमा एकदमै तुच्छ हुन्छन् । ध्यान आफैमा विस्तृत विषय हो । पूरै आकाशलाई अँगालोमा बाँधन सकिँदैन, पूरै समुद्रलाई अँगालो हाल्न सकिँदैन । ठीक यसैप्रकारले ध्यानलाई पनि करोडौं पन्नाको माध्यमबाट पनि स्पष्ट गर्न सकिँदैन । तैपनि एउटा चिन्तनको गहिराइको माध्यमबाट, विचारको आवश्यकताको माध्यमबाट यसलाई बुझ्न सम्भव हुन्छ ।

यसकारण, मैले ती प्रश्नको माध्यमबाट, उत्तरको माध्यमबाट यस विषयलाई स्पष्ट पार्ने कोशिश गर्नेछु जसबाट यसलाई बुझ्न सकियोस्, सिक्न सकियोस्, अनुभव गर्न सकियोस् ।

ध्यान के हो ?

- शरीर र शरीरभन्दा पनि भित्र एउटा यस्तो अवस्थिति छ, एउटा यस्तो चेतना छ जसलाई मन भनिन्छ । त्यस मनलाई समाउनको लागि शरीरलाई छोड्नुपर्ने हुन्छ, शरीरबाट पर हट्नुपर्छ । जब हामी आफ्नो शरीरको लागि व्यर्थको चिन्तन गर्दैनौं, जब शरीरलाई नै सम्पूर्ण ठान्दैनौं र हामीले शरीरबाट पर हटेर हेर्ने भाव उत्पन्न गर्छौं तब हाम्रो अगाडि मनको स्थिति स्पष्ट हुन सक्दछ- तब एउटा चेतना उत्पन्न हुनेछ र त्यस चेतनालाई बुझ्नको लागि ध्यानलाई बुझ्न आवश्यक हुन्छ, धेरै गहिराइमा जानुपर्ने हुन्छ ।

आफूभित्र डुबेर, आफ्नो जीवनलाई बुझ्नको लागि शरीरलाई सिँढी बनाएर जब सबै कुरा समाप्त भएको कुरा पूर्णरूपले मान्दछौं, जब हामी एउटा 'द्रष्टा' मात्र बन्दछौं, जसलाई पनि हामीले हेर्दछौं– बन्धु-बान्धव, पुत्र, मान, यश, प्रतिष्ठा यी सबै ठीक त्यस्तै नै हुन्छन् जस्तै पर्दामा चलचित्र आइरहेको छ र हामी सिनेमाहलमा टिकट लिएर बसेका छौं– द्रष्टा भावले ।

जब व्यक्तिमा द्रष्टाभाव उत्पन्न हुन्छ, तटस्थरूपले हेर्ने भाव उत्पन्न हुन्छ र हेर्ने बेलामा मनमा न प्रसन्नताको भाव हुन्छ न विषादको, न दुःखमा दुःखी हुने भाव हुन्छ, न सुखमा सुखी हुने भाव हुन्छ...। जब यस्तो स्थितिमा पाइला राख्छौं तब हामी यस्तो स्थितिमा आउँछौं । जब हामीमा तटस्थ बन्ने क्रिया शुरु हुन्छ तब 'ध्यान'को 'पहिलो चरण' शुरु हुन्छ ।

ध्यान कुनै वस्तु होइन जसलाई बाहिरबाट भित्र आरोपित गर्न सकियोस् । ज्ञानको माध्यमबाट, पुराणको माध्यमबाट, वेद मन्त्रको माध्यमबाट ध्यान गर्न सकिँदैन किनकि ध्यान यस्तो चीज हुँदै होइन कि बाहिरबाट भित्रतर्फ डुब्न सकियोस् । ध्यान त भित्रबाट बाहिर आउने क्रिया हो, भित्रैबाट उर्लेर आउने क्रिया हो, भित्रबाट माथि उठ्ने क्रिया हो र भित्रसम्म पुग्नको लागि हामीले सिँढीहरू बनाउनुपर्छ– द्रष्टा भावको, तटस्थ रहने । सिँढीहरू बनाउनुपर्छ– विदेह बन्ने जहाँ न हर्ष हुन्छ, न विषाद । सिँढीहरू बनाउनुपर्छ– मनको र त्यस मननजिकै पुग्दा जुन विम्ब देखिन्छ, जुन चेतना जाग्रत हुन्छ, जुन विचार उत्पन्न हुन्छ, त्यसलाई 'ध्यान' भनिन्छ ।

'ध्य' इति 'न' स 'ध्यान'... । बाहिरको कुनै पनि ध्यान नहोस्, बाहिर जेसुकै भइरहेको होस्, हामी समभावमा रहौं, तटस्थ भएर रहौं, त्यस स्थितिलाई हामी 'ध्यान' भन्दछौं ।

आँखा चिम्लेर बसिरहनुलाई ध्यान भनिँदैन । आँखा चिम्लँदैमा ध्यान हुँदैन । हिमालयमा गएर बसेर अनि समाधि लगाएर पनि ध्यान हुँदैन, पतंजलिको योगदर्शन पढेर, बुझेर, र सिकेर पनि ध्यान सिक्न सकिँदैन किनकि–

- ध्यान सिक्ने चीज हुँदै होइन ।
- ध्यान त अनुभव गर्ने चीज हो ।
- ध्यान त भित्र डुब्ने क्रियालाई भनिन्छ ।

जसले भित्र डुब्ने क्रियालाई जान्दछ, जो मनभन्दा पर पुगेको छ त्यसलाई ध्यान भनिन्छ । जहाँ ध्यान छ त्यहाँ अर्को कुनै चीज रहन सक्तैन । कि त ध्यान रहन सक्छ, कि त बाहिरको कुनै चीज रहन सक्छ । जब ध्यान रहन्छ भने फेरि पत्नी, पति, पुत्र, बन्धु-बान्धव कोही रहन सक्दैनन् । अर्को अर्थमा स्वयं पनि रहन सक्तैन । शास्त्रको कुनै ज्ञान, चेतना, होश रहन सक्तैन । त्यस स्थितिमा पुग्ने क्रियालाई ध्यान भनिन्छ ।

ध्यानको वास्तविक तात्पर्य के हो र यसलाई कुन प्रकारले गर्न सकिन्छ ?

जब हामी आफ्नो बुद्धि, आफ्नो चित्त, सन्देह, भ्रम, राग, द्वेष यी सबैबाट पर हटेर भित्र प्रवेश गर्ने क्रिया प्रारम्भ गर्छौं, शान्त चित्तबाट जहाँ लहरहरू उठ्दैनन्, जहाँ कुनै प्रकारका तरंगहरू हुँदैनन्, जहाँ निरन्तर भित्र पस्ने क्रिया हुन्छ, यस्तो स्थितिमा पुग्ने क्रियालाई नै 'ध्यान' भनिन्छ ।

जहाँ बाहिरी भावहरू समाप्त हुन्छन्, त्यहाँ एउटा नयाँ आलोक उत्पन्न हुन्छ । जब हामी एउटा सानो कोठाबाट अगाडि बढ्छौं, अगाडि त्यसभन्दा एकदमै उज्यालोले भरिएको अर्को कोठा/हल भेटिन्छ । जब हामी त्यसभन्दा पनि अगाडि बढ्छौं, तेस्रो र... निरन्तर गहिराइमा जाँदै, प्रकाशबाट पनि प्रकाश, प्रकाशबाट प्रकाशस्तम्भको स्थितिसम्म निरन्तर पुगिरहन्छौं र जब अन्तिम बिन्दुमा पुग्छौं, जहाँ बाहिरका सबै कुराहरू शून्य हुन्छन्, आफ्नो अस्तित्वको बोध पनि समाप्त हुन्छ, त्यसैलाई ध्यान भनिन्छ ।

मनुष्यका सात अवस्था हुन्छन्– १. वैषरी, २. मध्यमा, ३. पश्यन्ती, ४. अतल, ५. प्राण, ६. निर्बीज, ७. मनस ।

यी सात स्थितिलाई प्राप्त गरिसकेपछि हामी जुन सतहमा पुग्छौँ त्यसलाई ध्यान भनिन्छ ।

प्रथम अवस्था **वैषरी**को तात्पर्य हो– हामी आफ्नो शरीरमा नै छौँ । वैषरीको तात्पर्य हो– मैले जुन काम गरिरहेको छु, मलाई थाहा हुन्छ कि मैले के गरिरहेको छु... कहाँ गइरहेको छु ? म को हुँ ? हिन्दु हुँ वा मुसलमान हुँ ? मैले जुन कुरा गरिरहेको छु त्यो ठीक गरेको छु वा गलत गरेको छु ? यस कुराको ज्ञान हुन्छ कि ध्यान पनि कुनै चीज हो मलाई यस कुराको पनि ज्ञान छ कि म हिन्दु हुँ वा मुसलमान ।

यो अवस्था पशुमा हुँदैन । यो मनुष्यमा मात्र हुन्छ । यस्ता कैयौँ पुरुषहरू छन् जसको वैषरी अवस्था पनि हुँदैन, जसले पशुत्व र मनुष्यत्वमा भेद बुझ्न सक्दैनन्, निरन्तर पशुत्वतर्फ अग्रसर भइरहेका हुन्छन् । तर जहाँ मानिस सोच्ने वा विचार गर्ने क्रिया प्रारम्भ गर्दछ... र जुन बेला उनीहरूले यो अनुभूति गर्न लाग्दछन्, यो विचार गर्न लाग्छन् कि 'शरीरभित्र प्रवेश गरेर आफूले आफैलाई बिर्सने जुन स्थिति हुन्छ त्यसबाट अपूर्व आनन्ददायक तृप्ति प्राप्त हुन्छ', जसले यति सोच्छन्, उनीहरूले वैषरी अवस्था प्राप्त गर्दछन् किनकि यति सोच्नको लागि मानिसले बाहिरी संसारबाट पर हटेर भित्र प्रवेशका लागि एक पाइला अघि बढाएको हुन्छ ।

उसलाई यो ज्ञात हुन्छ कि बाहिरी संसार, बाहिरी सुख, दुःख यी सबैबाट अलग हटेर आफूभित्र एउटा अपूर्व जुन आनन्ददायक स्थिति छ त्यहाँसम्म पुग्नुपर्छ भन्ने बुझ्दछ । यस स्थितिको अनुभव हुन, अनुमान हुन सक्छ कि मलाई त्यस अवस्थामा पुग्नु छ जुन मनुष्यको श्रेष्ठतम स्थिति हो । जुन समय यस्तो विचार मनमा उठ्छ त्यसपछि उसलाई वैषरीको अवस्था भनिन्छ किनकि त्यसबेला उसले आफ्नो देहको अवस्थाबाट पर हटेर भित्रको अवस्थामा पुग्ने क्रिया गर्दै आफ्नो पाइला अगाडि बढाउँछ ।

अघि भनिए झैँ शरीरबाट निरन्तर विद्युत् तरंगहरू प्रवाहित भइरहेका हुन्छन् । त्यसले जब अर्को शरीरको तरंगसँग स्पर्श गर्दछ, त्यसपछि दोस्रो शरीरको तरंगको स्पर्शले हामीले अनुभव गर्न सक्छौँ कि अगाडिको व्यक्तिले क्रोध गरिरहेको छ वा घृणा गरिरहेको छ... प्रेम गरिरहेको छ वा हामीलाई चाहेको छ... । यी सबै केही बाह्य तरंगको आदानप्रदानबाट ज्ञात हुन्छ । यसकारण मानसिक अस्वस्थताहरू बाहिरी तरंगको आदानप्रदानले हुने गर्दछन् ।

एउटा व्यक्ति एकदमै स्वस्थ थियो, एउटी केटी एकदमै स्वस्थरूपबाट अगाडि बढिरहेकी थिई... त्यसपछि एउटा कुनै युवकको तरंग उसप्रति आकर्षित भयो । युवकको तरंग उसको तरंगसँग मिल्यो... र तरंगको आपसी आदानप्रदानबाट एउटा नयाँ विचार श्रेणी शुरु भयो जसलाई प्रेम भनिन्छ... र जब प्रेम शुरु हुन्छ तब निद्रा हराउन थाल्छ, हेर्नको लागि आतुरता हुन्छ, चाहना बढ्छ, कतिबेला भेटौँजस्तो हुन्छ । जहाँ यी तरंगहरू बढ्दै जान्छन्... उसले समाजको मर्यादा पनि तोड्न थाल्छ, एकोहोरो त्यही कुरामा सोचिरहने प्रक्रिया शुरु हुन थाल्छ ।

यो बाहिरी शरीरको तरंग हो, यो बाहिरी चीजहरूको आदानप्रदान हो । यसबाट पर पुगेर पहिलोपटक यस्तो सोच्दछ कि यस बाहिरी शरीरभित्र अरू पनि क्रियाहरू छन्, केही अर्कै तरंगहरू पनि छन् जुन आन्तरिक तरंग हुन् । आन्तरिक तरंगले जब स्पर्श गर्दछ तब उसलाई आभास हुन्छ कि कुनै अरू वस्तु छ जसको माध्यमले आनन्दको प्राप्ति सम्भव छ किनकि बाहिरी रूपबाट उसले सबैथोक गरेर हेरिसकेको हुन्छ । उसले घर बनायो, परिवार बनायो, श्रीमती ल्यायो, एउटी श्रीमती, दुइटी श्रीमती, चारवटी, आठवटी श्रीमती, दशवटी आइमाईसँग विवाह गऱ्यो, श्रीमान् बदली, प्रेमी बदली, सम्पत्ति जोडी, बैंक ब्यालेन्स बनाई । यसपछि पनि उसलाई जुन आनन्दको अनुभव हुनुपर्थ्यो त्यो भएन । जब यस्तो अनुभव हुँदैन तब उसको मन-मस्तिष्कमा यस्तो चिन्तन आउन थाल्छ कि 'कुनै यस्तो विषय होला, कुनै यस्तो चीज अवश्यै होला जसको माध्यमबाट आनन्दको अनुभूति हुन सक्छ ।'

यी बाह्य सुख आफैमा क्षणिक मात्र हुन् जुन आज छन्, भोलि हुँदैनन् । आज धन छ, भोलि धन नहुन पनि सक्छ । धनको माध्यमले निद्रा प्राप्त गर्न सकिँदैन, धनको माध्यमले निश्चिन्तता प्राप्त गर्न सकिँदैन । पत्नीको माध्यमले पूर्ण आनन्दको उपलब्धि हुन सक्दैन... । घुम्दै हिँड्दैमा केही चीज प्राप्त हुने होइन ।

- कुनै त्यस्तो चीज हुन सक्छ जसको माध्यमबाट आनन्दको अनुभूति हुन सक्छ । यो विचार उसको मनमा उठ्न थाल्छ, दृढता आउन थाल्छ, मजबुत हुन थाल्छ कि मलाई आनन्द प्राप्त गर्नुछ...। तर उसलाई यो थाहै हुँदैन कि–

- आनन्द कुन चीज हो ?
- आनन्द कसरी प्राप्त गर्न सकिन्छ ?

तर एउटा धारणा भने बनेको छ, साहस आइरहेको छ, यस्तो चिन्तन बनिरहेको छ– अवश्यै कुनै चीज हुनुपर्छ जसको माध्यमबाट आनन्द प्राप्त गर्न सकिन्छ । यस अवस्थालाई **मध्यमा अवस्था** भनिएको छ । क्रमशः

जय गुरुदेव !

आफ्नो हात आफै हेरौँ

यस स्तम्भअन्तर्गत हस्तरेखा विज्ञानअनुसार हस्तरेखा सम्बन्धि विविध पक्षहरूलाई चर्चा गर्दै आइरहेका छौं । यस अंकमा हात्केलामा रहेका विभिन्न रेखाहरूको बारेमा चर्चा गरिएको छ । यो लेख पढेर तपाईं पनि आफ्नो हातको स्थितिबारे अध्ययन गरी आफ्नो स्वभावबारे जान्न सक्नुहुन्छ । यस स्तम्भको बारेमा कुनै प्रतिक्रिया भए हामीलाई पठाउन सक्नुहुनेछ ।

रेखाहरू

जीवन शक्तिको स्वस्फूर्त वेग हत्केलाको माध्यमबाट नै सम्पन्न हुन्छ । यस वेगले हत्केलाको माध्यमबाट रेखा र पर्वतहरूलाई एकै सूत्रमा ग्रंथित गर्दछ । पहिले नै बताइसकिएको छ कि हत्केलामा अंकित कुनै पनि रेखा व्यर्थ हुँदैनन् किनकि हत्केलामा साना वा ठूला, स्थूल वा सूक्ष्म जुनसुकै रेखा भए पनि जीवन शक्तिको वेगलाई प्रवाहित गर्न यो सहायक हुन्छ । यसैले हस्तरेखा विशेषज्ञले हत्केलामा पाइने प्रत्येक सूक्ष्म रेखाहरूको अध्ययन गर्नुपर्दछ ।

हत्केलामा जुन रेखाहरू स्पष्ट, गहिरो एवं लामा हुन्छन् त्यो सफलताको सूचक मानिन्छ । यसको विपरीत टुटेका, अस्पष्ट रेखाहरू जीवनशक्तिमा बाधक सम्झनुपर्दछ । अतः स्पष्ट रेखाहरूको प्रभाव नै मानव जीवनमा सहीरूपमा अंकित हुन्छ ।

हस्तरेखा विशेषज्ञले व्यक्तिका दुवै हत्केलालाई सूक्ष्मताका साथ अध्ययन गर्नुपर्दछ । साथै सानाभन्दा साना रेखाहरूको पनि अवलोकन गर्नुपर्दछ किनभने हत्केलामा पाइने प्रत्येक रेखाहरूको आफ्नै महत्त्व हुन्छ र त्यसले कुनै न कुनै घटनालाई स्पष्ट पार्दछ ।

रेखाहरूद्वारा घटनाहरूको समय पनि जान्न सकिन्छ । जति व्यक्तिको अभ्यास हुन्छ त्यति नै उसले समयलाई सहीरूपमा अंकित गर्न सक्दछ ।

हत्केलाको अध्ययन गर्नुभन्दा पहिले पूर्व रेखाहरूको सही सही परिचय ज्ञात गर्नु आवश्यक हुन्छ । प्रत्येक व्यक्तिको हत्केलामा सात मुख्य रेखाहरू हुन्छन् तथा बाह्र गौण रेखाहरू वा सहायक रोखाहरू अथवा प्रवाहित रेखाहरू हुन्छन् । सात मुख्य रेखाहरू यसप्रकार छन्– जीवन रेखा, मस्तिष्क रेखा, हृदय रेखा, सूर्य रेखा, भाग्य रेखा, स्वास्थ्य रेखा र विवाह रेखा ।

यसका अतिरिक्त बाह्र गौण रेखाहरू हुन्छन् । यी गौण रेखाहरूको पनि हत्केलामा स्वतन्त्र महत्त्व हुनुले जीवनमा यी धेरै महत्त्वपूर्ण छन् ।

गौण रेखाहरू निम्नप्रकारका छन्– गुरु वलय, मंगल रेखा, शनि वलय, रवि वलय, शुक्र वलय, चन्द्र रेखा, प्रतिभा प्रभावक रेखा, यात्रा रेखा, सन्तति रेखा, मणि(बन्ध रेखाहरू, आकस्मिक रेखाहरू, उच्च पद रेखाहरू । यी रेखाहरूको अध्ययन सावधानीपूर्वक गर्नुपर्दछ । तर रेखाहरूको अध्ययन गर्नुपूर्व रेखाको बारेमा पनि जानकारी प्राप्त गर्नु उचित हुन्छ । मुख्यतः चार प्रकारका रेखाहरू हुन्छन्–

१. मोटा रेखाहरू:- यी ती रेखाहरू हुन् जुन आफैमा गहिरो, स्पष्ट र सामान्यतः चौडा हुन्छन् ।

२. पातला रेखाहरू:- प्रारम्भदेखि अन्तसम्म यी रेखाहरू पातलो तर स्पष्ट हुन्छन् । यस्ता रेखाहरू ज्यादै प्रभावपूर्ण मानिन्छन् ।

३. गहिरा रेखाहरू:- यी रेखाहरू सामान्यतः पातला हुन्छन् तर साथसाथै गहिरा पनि हुन्छन् र हत्केलाको मासुमा धसिएका जस्तो प्रतीत हुन्छ ।

४. ढलवा रेखाहरू:– यी रेखाहरू प्रारम्भमा त मोटा हुन्छन् तर जति जति अगाडि बढ्छन् त्यति नै अपेक्षाकृत

पातला हुन्छन् ।

यी रेखाहरूको जानकारीका साथै निम्न जानकारी पनि पाठकहरूका लागि आवश्यक हुन्छन्–

१. रेखाहरू स्पष्ट, सुन्दर लालिमा लिएको तथा सफा हुनुपर्दछ । यसको मार्गमा कुनै प्रकारको चिह्न हुनुहुन्न, साथै कुनै प्रकारको द्वीप पनि हुनुहुन्न । साथै यी रेखाहरू टुटेको पनि हुनु हुँदैन ।

२. यदि हत्केलामा रेखाहरू थोरै मात्र पनि पहेँला छन् भने यस्ता रेखाहरूले स्वास्थ्यमा कमी र रक्त दूषित भएको संकेत गर्दछ । यस्ता रेखाहरूले निराशावादी भावनालाई पनि स्पष्ट गर्दछन् ।

३. रक्तिम रेखाहरूले व्यक्तिको प्रसन्नता र स्वस्थ मनोवृत्तिलाई स्पष्ट गर्दछ । यसबाट यस्तो ज्ञात हुन्छ कि व्यक्ति प्रसन्नचित्त, स्वस्थ र स्पष्ट वक्ता छ ।

४. हत्केलामा कालो रेखा पाइनु निराशा तथा कमजोरीको सूचक हो ।

५. ओइलाइएका वा कमजोर रेखाहरू भविष्यमा आउने बाधाहरूका सूचक हुन् ।

६. यदि कुनै रेखाका साथमा कुनै अरू रेखा अघि बढ्दछ भने त्यस रेखालाई विशेष बल मिल्दछ र त्यस रेखाको प्रभाव विशेष मान्नुपर्दछ ।

७. यदि कुनै टुटेको रेखाको साथमा सहायक रेखा देखिन्छ भने त्यस भग्न रेखाको विपरीत फल न्यूनतम हुन्छ ।

८. जीवन रेखाका अतिरिक्त यदि कुनै रेखा आफ्नो अन्तिम अवस्थामा गएर दुई भागमा विभक्त हुन्छ भने यस्तो रेखा अत्यन्त श्रेष्ठ एवं प्रभावपूर्ण मानिन्छ । तर यदि हृदय रेखा अन्तमा गएर दुई भागमा विभक्त हुन्छ भने यस्तो व्यक्तिको मृत्यु कम आयुमा हृदयाघातबाट हुन्छ ।

९. यदि कुनै रेखा आफ्नो अन्तिम स्थितिमा आएर धेरै भागमा बाँडिन्छन् भने त्यस रेखाको फल विपरीत बुझ्नुपर्दछ ।

१०. यदि कुनै रेखाबाट कुनै नयाँ रेखा निस्केर माथितिर बढ्दछ भने त्यस रेखाको फलमा वृद्धि हुन्छ ।

११. यदि कुनै रेखामा कुनै रेखा निस्केर तलतिर झुकाव लिएको देखिन्छ भने वा तलतिरको भागमा गतिशील छ भने त्यसको विपरीत फल प्राप्त हुन्छ ।

१२. भोग रेखा वा प्रणय रेखामा कुनै रेखा निस्केर माथितिर बढिरहेको छ भने सुन्दर पति मिल्ने योग बन्दछ । यसको विपरीत यदि त्यसमा कुनै रेखाहरू निस्केर तलतिर बढिरहेको देखिन्छ भने त्यस व्यक्तिको पत्नीको मृत्यु शीघ्र हुन्छ ।

१३. यदि मस्तिष्क रेखाबाट कुनै रेखा माथितिर बढिरहेको छ भने त्यस व्यक्तिले विशेष यश प्राप्त गर्दछ ।

१४. साङ्लोजस्तो रेखा अशुभ मानिन्छ ।

१५. यदि विवाह रेखा साङ्लोजस्तो देखिन्छ भने उसलाई प्रेममा असफलता मिल्छ ।

१६. यदि मस्तिष्क रेखा साङ्लोजस्तो देखिन्छ त्यो व्यक्ति पागल बन्न जान्छ ।

१७. हत्केलामा लहरेदार रेखा शुभ फल दिने हुँदैन ।

१८. टुटेका रेखाहरूले अशुभ फल दिन्छन् ।

१९. यदि कुनै रेखा अत्यन्तै अधिक सूक्ष्म र कमजोर छ भने त्यसको प्रभाव शून्य बराबर हुन्छ ।

२०. यदि कुनै रेखाको मार्गमा द्वीप वा कुनै चिह्न हुन्छ भने त्यसलाई शुभ मानिन्न ।

२१. यदि रेखाको मार्गमा वर्ग छ भने यसबाट त्यस रेखालाई बल मिल्दछ तथा त्यस रेखाको शुभफल प्राप्त हुन्छ ।

२२. यदि रेखामा कुनै विन्दु छ भने यसबाट त्यस रेखासँग सम्बन्धित कार्यको हानि हुन्छ ।

२३. यदि कुनै रेखामा त्रिकोणको चिह्न देखिन्छ भने त्यस रेखासँग सम्बन्धित कार्य शीघ्र नै हुनुपर्दछ ।

२४. रेखाहरूमा तेर्सा रेखाहरू हानिकारक मानिन्छन् ।

२५. यदि रेखाहरूमा नक्षत्र देखिन्छ भने यसबाट कार्यमा सफलता शीघ्र प्राप्त हुन्छ ।

२६. मोटा रेखाहरूले व्यक्तिको दुर्बलतालाई स्पष्ट गर्दछन् ।

२७. पातला रेखाहरू व्यक्तिको जीवनमा श्रेष्ठ फल दिनमा समर्थ मानिन्छन् ।

२८. ढलवा रेखाहरू व्यक्तिको परिश्रमलाई स्पष्ट त गर्दछ तर त्यसबाट श्रेष्ठफल मिल्ने योग बन्दैन ।

२९. यदि कुनै गहिरो रेखा बीचमा नै रोकिन्छ भने वा कमजोर हुन्छ भने यस्तो रेखा दुर्घटनाको परिचायक हुन्छ ।

३०. रेखा यदि कहीँ पातलो र कहीँ मोटो छ भने त्यो शुभ मानिन्न । यस्तो व्यक्ति जीवनमा धेरैपटक धोका खान्छ भन्ने बुझ्नुपर्दछ ।

३१. रेखाहरूका बारेमा सावधानीका साथ विचार गर्नुपर्दछ र यदि कुनै चिह्न दुवै हत्केलामा देखिन्छन् भने तब त्यससँग सम्बन्धित भविष्यकथन गर्नुपर्दछ । क्रमश:

जय गुरुदेव !

कार्तिक महिनाको सूक्ष्म काल विवरण

आदरणीय पाठकवृन्द, विभिन्न महिनाका विभिन्न बारहरुमा पर्ने कालहरुको जानकारी तथा सूक्ष्म काल निर्णयका सम्बन्धमा विगतका अङ्कहरूमा प्रकाशित गरिएको थियो। यस अंकमा कार्तिक महिनामा पर्ने विभिन्न चारवटा कालहरुको पनि ५-५ मिनेटको अन्तरालको फलहरुलाई प्रस्तुत गरिएको छ जसलाई हेर्न सँगै दिइएको तालिकालाई आधार बनाउनु होला।

कार्तिक महिनाको महेन्द्र काल

१ देखि ५ मिनेटसम्म : शुभ कार्य एवं व्यापारका लागि सर्वथा अनुकूल छ। यस कालका स्वामी 'शिव' हुन्, कार्य प्रारम्भ गर्नुपूर्व धनियाँ खानु अनुकूल रहन्छ।

६ देखि १० मिनेटसम्म : व्यापार कार्यका लागि यो समयको छनौट विशेष शुभ रहन्छ, यस समयकी अधिष्ठात्री 'लक्ष्मी' हुन्, दूध प्रसाद खाएर कार्य प्रारम्भ गर्नु शुभ मानिएको छ।

११ देखि १५ मिनेटसम्म : भाग्योदय, चुनाव, परीक्षा दिने, सफलतासम्बन्धी कार्य, स्थिर कार्य, भाग्योदयका लागि यस समयको छनौट गर्नुपर्दछ। यस समयका स्वामी 'विष्णु' हुन्, चामल खाएर कार्य प्रारम्भ गर्नु विशेष शुभ मानिएको छ।

१६ देखि २० मिनेटसम्म : उन्नति कार्य, विवाह, प्रणय, प्रेम प्रदर्शन, लाभ कार्य, खेल, यात्रा आदिका लागि यो समय शुभ छ। यस समयका अधिष्ठाता 'कामदेव' हुन्, मह खाएर कार्य प्रारम्भ गरियो भने विशेष शुभ रहन्छ।

२१ देखि २५ मिनेटसम्म : कुनै पनि प्रकारको यात्रा एवं सफलताका लागि यो समय विशेष शुभ एवं अनुकूल छ। यस समयका देवता 'सूर्य' हुन्, सख्खर खाएर यात्रा अथवा कार्य प्रारम्भ गर्नुपर्दछ।

२६ देखि ३० मिनेटसम्म : कुनै पनि प्रकारको उन्नति, व्यापार, जागिर, यात्रा आदिका लागि यस समयलाई छनौट गर्नु शुभ मानिएको छ। यस समयकी अधिष्ठात्री 'गौरी' हुन्, हरिद्रा खानु शुभ मानिएको छ।

३१ देखि ३५ मिनेटसम्म : यात्राको दृष्टिबाट यस समयको विशेष महत्त्व छ, यस समयका अधिष्ठाता 'गणेश' हुन्। अतः गणेशको स्मरण गरेर यात्रा प्रारम्भ गर्नुपर्दछ। दूबो चपाउनु शुभ मानिएको छ।

३६ देखि ४० मिनेटसम्म : यात्रा, विजय कार्य, धन संग्रह, किनमेल र शुभ कार्यका लागि यो समय अनुकूल छ। यस समयका अधिष्ठाता 'ब्रह्मा' हुन्, पान खाएर कार्य प्रारम्भ गर्नु शुभ रहन्छ।

४१ देखि ४५ मिनेटसम्म : यात्रा, जुवा, हानि-लाभ, सट्टा, भाग्य परीक्षा, मित्रता, लाभदायक कार्य आदिका लागि यो समय उचित छ। यस समयका स्वामी 'कार्तवीर्यार्जुन' हुन्, दही खानु शुभ मानिएको छ।

४६ देखि ५० मिनेटसम्म : यात्रा, विवाह, व्यापार कार्य, मित्रता, उन्नति कार्य आदिका लागि यस समयको छनौट गर्नुपर्दछ। यस समयका अधिष्ठात्रा 'मरुत' हुन्, तिल खानु शुभ मानिएको छ।

५१ देखि ५५ मिनेटसम्म : यात्रा, शुभ कार्य, कुरा छिन्ने, विवाह, माङ्गलिक कार्य, व्यापारिक कार्य, जुवा आदिका लागि यो समय अनुकूल र शुभ छ। यस समयका देवता 'चन्द्र' हुन्, दही खानु शुभ मानिएको छ।

५६ देखि ६० मिनेटसम्म : व्यापार, सफलता, शिक्षा, खेल, प्रणय प्रसङ्ग, विवाह तथा यात्रा आदिका लागि यस समयलाई छनौट गर्नुपर्दछ। यस समयका देवता 'गौतम' हुन्, पान चपाएर कार्य प्रारम्भ गर्नु शुभ मानिएको छ।

कार्तिक महिनाको अमृत काल

१ देखि ५ मिनेटसम्म : विवाह, कुरा छिन्ने आदिका लागि प्रस्थान, अन्तर्वार्ता, मुद्दा मामिला आदिका लागि यो समय शुभ छ। यस समयका अधिष्ठाता 'हनुमान्' हुन्, सख्खर भक्षण गरेर कार्य प्रारम्भ गर्नु शुभ हुन्छ।

६ देखि १० मिनेटसम्म : यात्रादिका लागि सर्वाधिक उपयुक्त समय छ। यस समयकी अधिष्ठात्री देवी 'सरस्वती' हुन्, मुगीको दाना चबाएर यात्रा प्रारम्भ गर्नु शुभ रहन्छ।

११ देखि १५ मिनेटसम्म : स्थायी कार्य, व्यापार, उन्नति तथा यात्रादिका लागि शुभ समय छ। यस समयकी अधिष्ठात्री 'गौरी' हुन्, दूबो चपाउनु शुभ रहन्छ।

१६ देखि २० मिनेटसम्म : यात्रा, व्यापार, उन्नति कार्य एवं समस्त शुभ कार्यका लागि यो समय उपयुक्त छ। यसका प्रधान देव 'विष्णु' हुन्, मीठो पकवान खानु शुभ मानिएको छ।

२१ देखि २५ मिनेटसम्म : जुवा, व्यापार, व्यवसायका

आश्विन, कार्तिक, मंसिर र पौष महिनामा पर्ने विभिन्न कालहरू

आइतबार		सोमबार		मंगलबार		बुधबार		बिहीबार		शुक्रबार		शनिबार	
समय	***काल***	***समय***	***काल***	***समय***	***काल***	***समय***	***काल***	***समय***	***काल***	***समय***	***काल***	***समय***	***काल***
६:००-७:३६बिहान	शून्य	६:००-९:१२बिहान	अमृत	६:००-७:३६बिहान	अमृत	६:००-६:४८बिहान	शून्य	६:००-६:४८बिहान	अमृत	६:००-९:१२बिहान	वक्र	६:००-७:३६बिहान	शून्य
७:३६-१०:००	अमृत	९:१२-१०:४८	महेन्द्र	७:३६-१०:००	वक्र	६:४८-८:२४	महेन्द्र	६:४८-८:२४	शून्य	९:१२-१०:४८ *१०:३०-१२:००*	अमृत *राहु*	७:३६-९:१२ *९:००-१०:३०*	वक्र *राहु*
१०:००-१२:२४	वक्र	१०:४८-१:१२	शून्य	१०:००-१०:४८	अमृत	८:२४-११:३६	अमृत	८:२४-१०:४८	वक्र	१०:४८-११:३६ *१०:३०-१२:००*	शून्य *राहु*	९:१२-१०:४८ *९:००-१०:३०*	शून्य *राहु*
१२:२४-२:४८	अमृत	१:१२-३:३६	अमृत	१०:४८-१२:२४	शून्य	११:३६-२:०० *१२:००-१:३०*	वक्र *राहु*	१०:४८-१२:२४	अमृत	११:३६-१२:२४ *१०:३०-१२:००*	अमृत *राहु*	१०:४८-२:००	अमृत
२:४८-४:२४	वक्र	३:३६-६:००	महेन्द्र	१२:२४-२:४८	महेन्द्र	२:००-५:१२	शून्य	१२:२४-१:१२	शून्य	१२:२४-२:००	वक्र	२:००-२:४८	शून्य
४:२४-५:१२ *४:३०-६:००*	अमृत *राहु*	६:००-८:२४रात्रि	वक्र	२:४८-५:१२ *३:००-४:३०*	शून्य *राहु*	५:१२-६:००	वक्र	१:१२-२:४८ *१:३०-३:००*	वक्र *राहु*	२:००-४:२४	अमृत	२:४८-४:२४	वक्र
५:१२-६:०० *४:३०-६:००*	शून्य *राहु*	८:२४-११:३६	अमृत	५:१२-६:००	वक्र	६:००-६:४८रात्रि	शून्य	२:४८-५:१२ *१:३०-३:००*	अमृत *राहु*	४:२४-६:००	महेन्द्र	४:२४-५:१२	शून्य
६:००-७:३६ रात्रि	शून्य	११:३६-२:००	वक्र	६:००-८:२४रात्रि	वक्र	६:४८-१०:४८	अमृत	५:१२-६:००	महेन्द्र	६:००-७:३६रात्रि	वक्र	५:१२-६:००	महेन्द्र
७:३६-९:१२	अमृत	२:००-३:३६	अमृत	८:२४-११:३६	अमृत	१०:४८-२:००	वक्र	६:००-७:३६रात्रि	शून्य	७:३६-८:२४	शून्य	६:००-६:४८रात्रि	शून्य
९:१२-११:३६	वक्र	३:३६-४:२४	शून्य	११:३६-२:००	वक्र	२:००-४:२४	अमृत	७:३६-९:१२	वक्र	८:२४-१०:४८	अमृत	६:४८-८:२४	वक्र
११:३६-२:००	अमृत	४:२४-६:००	वक्र	२:००-३:३६	अमृत	४:२४-५:१२	शून्य	९:१२-१०:००	शून्य	१०:४८-१:१२	शून्य	८:२४-१०:४८	अमृत
२:००-३:३६	शून्य			३:३६-४:२४	शून्य	५:१२-६:००	वक्र	१०:००-१२:२४	अमृत	१:१२-२:००	महेन्द्र	१०:४८-१२:२४	वक्र
३:३६-६:००	वक्र			४:२४-६:००	वक्र			१२:२४-२:४८	वक्र	२:००-२:४८	शून्य	१२:२४-२:४८	अमृत
								२:४८-३:३६	शून्य	२:४८-६:००	वक्र	२:४८-४:२४	वक्र
								३:३६-६:००	वक्र			४:२४-६:००	अमृत

परमपूज्य सद्गुरुदेव डा.नारायणदत्त श्रीमाली (परमहंस स्वामी श्री निखिलेश्वरानन्द महाराज)द्वारा रचित ***'ज्योतिष और काल निर्णय'*** ग्रन्थमा आधारित ।

महेन्द्रकाल– सर्वश्रेष्ठ, अमृतकाल– श्रेष्ठ, वक्रकाल– सामान्य, शून्यकाल– निकृष्ट । शुभकालमा राहुकाल पनि मिसिएको छ भने त्यो समय पनि आफैं अशुभ हुन्छ ।

सूक्ष्म काल विवेचना गर्नुपर्दा– सर्वप्रथम कुन बार हो र कति बजेको विवेचना गर्नु छ, त्यसअनुसार कुन काल परेको छ (महेन्द्रकाल, अमृतकाल, वक्रकाल वा शून्यकाल) त्यो तालिका हेरेर पत्ता लगाउनु पर्दछ । उदाहरणका लागि २०६६ कार्तिक १६ गते सोमबार बिहान ७:१३ बजेको सूक्ष्म विवेचना गरौं । सोमबार प्रात: ६:०० देखि ९:१२ बजेसम्म अमृतकालको समय छ । हाम्रो समय अमृतकालमा परेको छ । अब हाम्रो समय ७:१३ बाट हाम्रो काल शुरु भएको समय ६:०० घटाऔं । बाँकी रह्यो १:१३ अर्थात् १ घण्टा १३ मिनेट । अब घण्टा जति भए पनि त्यसलाई छोडिदिएर मिनेटमा मात्र विचार गर्नुहोस्- १३ मिनेट । त्यसपछि कार्तिक महिनाको अमृतकालमा १३ मिनेट कहाँ पर्दछ हेर्नुहोस् । त्यहाँ लेखिएको छ– **११ देखि १५ मिनेटसम्म : स्थायी कार्य, व्यापार, उन्नति तथा यात्रादिका लागि शुभ समय छ । यस समयकी अधिष्ठात्री 'गौरी' हुन्, दूबो चपाउनु शुभ रहन्छ ।** अब यहाँ लेखिएअनुसार गर्न सक्नुहुनेछ ।

लागि यात्रा, यज्ञ, पूजन, अनुष्ठान आदिका लागि यो समय शुभ छ । यस समयका देवता 'शिव' हुन्, चामलको प्रयोग गरेर कार्य प्रारम्भ गर्नु शुभ मानिएको छ ।

२६ देखि ३० मिनेटसम्म : कुनै पनि व्यापार कार्यका लागि यो समय शुभ छ । यसका देवता 'नृसिंह' हुन्, लड्डुको प्रयोग गरेर कार्य प्रारम्भ गर्नु शुभ हुन्छ ।

३१ देखि ३५ मिनेटसम्म : यात्राका लागि यो समय शुभ छ । यसका देवता 'गणपति' हुन्, सख्खरको प्रयोग गरेर कार्य प्रारम्भ गर्नु शुभ मानिएको छ ।

३६ देखि ४० मिनेटसम्म : जुवा, व्यापार प्रारम्भ गर्न, कुनै पनि घर वा पसलको मुहूर्त आदिका लागि यो शुभ समय हो । यसका देवता 'विष्णु' हुन्, चिनी खानु शुभ हुन्छ ।

४१ देखि ४५ मिनेटसम्म : यात्रा, स्थायित्वसम्बन्धी कार्य, व्यापार प्रारम्भ मुहूर्त आदिका लागि यस समयको छनौट शुभ छ । यस समयकी देवी 'लक्ष्मी' हुन्, दूध प्रसाद खाएर गरेर कार्य प्रारम्भ गर्नु शुभ हुन्छ ।

४६ देखि ५० मिनेटसम्म : जुवा, व्यापार, यात्रा आदिका लागि समय उपयुक्त छ । यस समयका देव 'शनि' हुन्, तिल खाएर कार्य प्रारम्भ गर्नु शुभ मानिएको छ ।

५१ देखि ५५ मिनेटसम्म : परीक्षा, चुनाव, अन्तर्वार्ता तथा यात्रा आदिका लागि समय शुभ छ । यस समयका अधिष्ठाता 'चन्द्र' हुन्, दही खाँदा शुभ हुन्छ ।

५६ देखि ६० मिनेटसम्म : यात्रा, महत्त्वपूर्ण र उन्नति कार्यहरूका लागि यस समयको छनौट राम्रो हुन्छ । यस समयका देवता 'रुद्र' हुन्, कार्य प्रारम्भ गर्नु अगाडि सख्खरको प्रयोग शुभ मानिएको छ ।

कार्तिक महिनाको वक्र काल

१ देखि ५ मिनेटसम्म : जुवा खेल्नको लागि उपयुक्त समय । यसका प्रधान देव 'वरुण' हुन्, दही खाएर यात्रा गर्नुहोस् ।

६ देखि १० मिनेटसम्म : मित्रता बढाउन, अधिकार प्राप्त गर्न, स्थानान्तरण आदिका लागि यो समय उपयुक्त छ । यसका प्रधान देव 'सूर्य' हुन्, जीराको प्रयोग गरियो भने विशेष अनुकूल रहन्छ ।

११ देखि १५ मिनेटसम्म : जुवा, दौड, सिनेमा, व्यापार आदिका लागि यो उपयुक्त समय हो । यसका प्रधान देव 'शुक्राचार्य' हुन् । मीठो पकवान खाएर कार्य प्रारम्भ गर्नु शुभ हुन्छ ।

१६ देखि २० मिनेटसम्म : प्रेम, वाद्य, जुवा आदिको लागि शुभ समय छ । यसका प्रधान देव 'पुष्पधन्वा' हुन्, मह खाँदा शुभ हुन्छ ।

२१ देखि २५ मिनेटसम्म : जासूसी, भेद ज्ञात गर्ने, सामुन्ने भएको व्यक्तिलाई प्रभावित गर्ने आदिका लागि यो समय ठीक छ । यसका प्रधान देव 'वात' हुन्, चामल खाएर जानुहोस् ।

२६ देखि ३० मिनेटसम्म : व्यापारादि कार्यहरूका लागि यो शुभ समय छ । यसका प्रधान देव 'गुरु' हुन्, वेसनबाट बनेको मिठाईको प्रयोग शुभ मानिएको छ ।

३१ देखि ३५ मिनेटसम्म : व्यापार आदिका लागि अपेक्षाकृत ठीक छ । प्रारम्भमा विलम्ब र पछि सिद्धि । यसका प्रधान देव 'गरुड' हुन्, हरिद्रा खाएर कार्य प्रारम्भ गरियो भने शुभ रहन्छ ।

३६ देखि ४० मिनेटसम्म : व्यापार, व्यवसायका लागि सामान्य अनुकूल । यसका प्रधान देव 'चन्द्रमा' हुन्, दही खानु शुभ मानिएको छ ।

४१ देखि ४५ मिनेटसम्म : यात्रा आदिका लागि विशेष अनुकूल छ । यसका प्रधान देव 'गणपति' हुन्, सख्खरको प्रयोग शुभ मानिएको छ ।

४६ देखि ५० मिनेटसम्म : यात्राका लागि केही बाधकारक तर अन्त्यमा ठीक । यसका प्रधान देव 'अग्नि' हुन्, तोरी चपाएर कार्य गर्दा उत्तम रहन्छ ।

५१ देखि ५५ मिनेटसम्म : प्रेम प्रदर्शन, प्रणय आदिका लागि यस समयको छनौट ठीक रहन्छ । यस समयका प्रधान देव 'कामदेव' हुन्, मह खाएर जानुहोस् ।

५६ देखि ६० मिनेटसम्म : यात्रा आदिका लागि विशेष अनुकूल छ । यसका प्रधान देव 'गणपति' हुन्, सख्खरको प्रयोग शुभ मानिएको छ ।

कार्तिक महिनाको शून्य काल

१ देखि ५ मिनेटसम्म : कार्यको प्रारम्भमा तनावहरू, तर पछि स्थितिमा सुधार, प्रधान देव 'अग्नि'को स्मरण र तिल खानु शुभ ।

६ देखि १० मिनेटसम्म : प्रणय प्रसङ्ग, मद्यपान, जुवा,

घोडादौड आदिका लागि अनुकूल । 'शुक्राचार्य'को स्मरण गर्नुहोस् र फल खाएर जानुहोस् ।

११ देखि १५ मिनेटसम्म : प्रत्येक कार्य अथवा यात्रादिका लागि प्रारम्भमा बाधाकारक तर पछि शुभ । तर पनि 'लक्ष्मी'लाई स्मरण गर्नुहोस् । चामल चपाउनु शुभ ।

१६ देखि २० मिनेटसम्म : शुभ, यात्रादिका लागि अनुकूल, प्रधान देवता 'ब्रह्मा'लाई स्मरण गर्नुहोस्, र दही भक्षण शुभ ।

२१ देखि २५ मिनेटसम्म : बाधाकारक समय, तर मुद्दा मामिला आदिका लागि शुभ । 'हनुमान्'लाई स्मरण गरेर, सख्खर, घिउ खाएर जाँदा भने अनुकूल ।

२६ देखि ३० मिनेटसम्म: प्रत्येक कार्यका लागि सामान्य अनुकूल । प्रधान देवता 'मकरध्वज'को स्मरण गर्नुहोस् । तोरी खानु शुभ ।

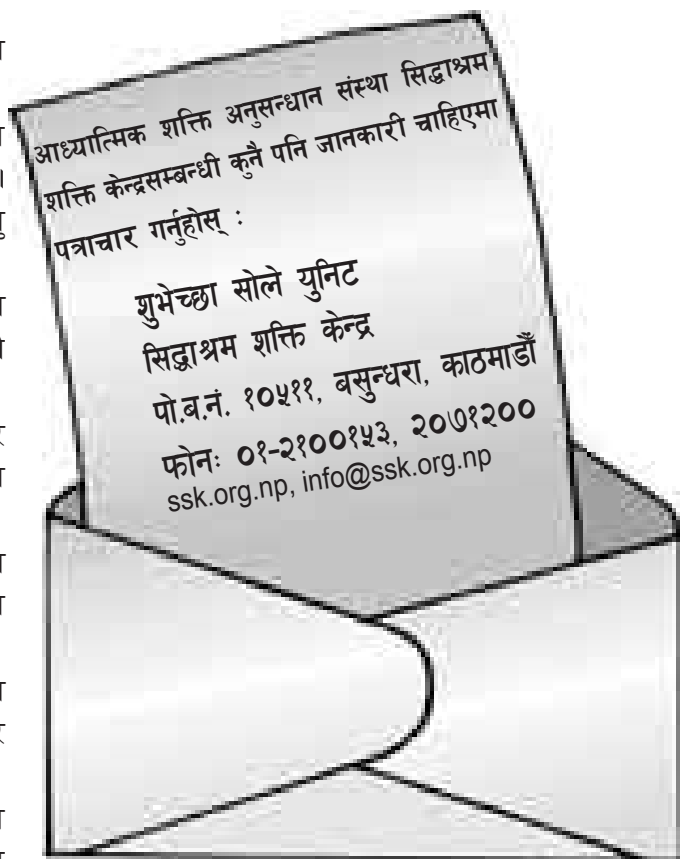
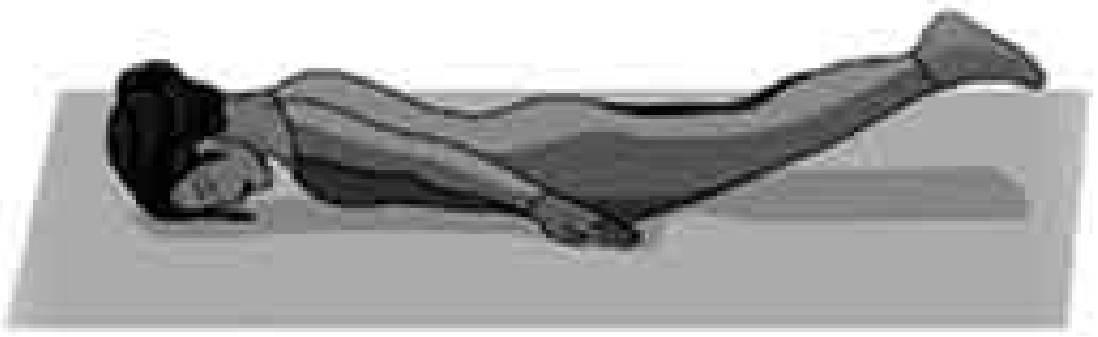
३१ देखि ३५ मिनेटसम्म : प्रत्येक कार्यका लागि अशुभ एवं तनावपूर्ण, तर पनि 'गणपति'लाई स्मरण गरेर र सख्खर खाएर कार्य प्रारम्भ गरिन्छ भने शुभ ।

३६ देखि ४० मिनेटसम्म : यात्रादिका लागि विपरीत समय, शुभ कार्यहरूमा वर्जित, 'चित्रगुप्त'लाई स्मरण गर्नुहोस् तथा फूल चपाएर कार्य प्रारम्भ गरियो भने केही अनुकूलता ।

४१ देखि ४५ मिनेटसम्म : प्रत्येक कार्यका लागि अशुभ एवं बाधाकारक । 'हिडिम्बा'को ध्यान गर्नुहोस् । घिउको भक्षण शुभ ।

४६ देखि ५० मिनेटसम्म : प्रत्येक कार्यका लागि व्यवधानपूर्ण, तर 'गौरी'लाई स्मरण गरेर र दही खाएर कार्य प्रारम्भ गर्दा केही अनुकूलता ।

५१ देखि ५५ मिनेटसम्म : जुवा खेल्नका लागि शुभ, यस समयका देवता 'काल' हुन्, मह खाएर गइयो भने अनुकूल ।

५६ देखि ६० मिनेटसम्म : जुवा, मद्य, घोडादौड, सौन्दर्य प्रसाधन सामग्री बिक्री, व्यापार आदिको लागि अनुकूल । प्रधान देवता 'विश्वकर्मा' हुनुहुन्छ, सख्खर र घिउ खानु शुभ । जय गुरुदेव !

सलभासन

हालका अंकहरूमा हामीले योग स्तम्भअन्तर्गत विविध योगासनहरूका बारेमा जानकारी दिँदै आइरहेका छौँ । यसपटक ज्यादै लाभदायक सलभासनका बारेमा केही चर्चा गर्ने जमर्को गरेका छौँ । हुन त हामीले यस स्तम्भअन्तर्गत धेरैजसो आसन र प्राणायामकै बारेमा व्याख्या गर्दै आइरहेका छौँ । अष्टाङ्गयोगको प्रत्येक पाटोको कुरा गर्ने हो भने यो अलि क्लिष्ट र विस्तृत हुन सक्छ । सबैलाई व्यावहारिक नहुन सक्छ । त्यसैले केही नगर्नुभन्दा आसन र प्राणायामको अभ्यास गर्नु पनि धेरै ठूलो र सकारात्मक कुरा हो । यिनीहरूकै अभ्यास निष्ठापूर्वक गरिँदै गइयो भने क्रमशः शरीर र मनको शुद्धि पनि हुँदै जान्छ र एकदिन परमात्माले नै योगका विषयवस्तुहरू बुझ्ने मार्ग प्रशस्त गरिदिनुहुनेछ ।

अलि विस्तृतरूपमा केलाउने हो भने अष्टाङ्गयोगको तेस्रो अंग नै आसन हो । यस अगाडि दुईवटा अंग छन्- यम र नियम । वास्तविक योगी बनेर परमात्मा साक्षात्कारका लागि यी दुईवटा अंगको अभ्यास धेरै नै महत्त्वपूर्ण हुन्छ । अष्टाङ्गयोगका यम, नियम, आसन, प्राणायाम, प्रत्याहार, धारणा, ध्यान र समाधिमध्ये पहिलो चार अङ्गलाई बहिरङ्ग साधन र अन्तिम चारलाई अन्तरङ्ग साधनको रूपमा मानिएको छ । यसलाई यसरी पनि वर्गीकरण गरिएको छ– यम र नियमबाट नैतिक शिक्षा, आसन र प्राणायामबाट शारीरिक शिक्षा, प्रत्याहार र धारणाबाट मानसिक शिक्षा, ध्यानबाट आध्यात्मिक शिक्षा र समाधिबाट आत्मानुभूति ।

महर्षि पतञ्जलिका अनुसार यमलाई पालन गर्ने व्यक्तिले आफूलाई निषेधित पापकर्महरूबाट बचाउँदै सामाजिक स्वस्थताका लागि आदर्शद्वारा सहयोग प्रदान गर्न सक्दछ । नियम पालनद्वारा नियमानुसार उचित पुण्यकर्मबाट नैतिक जीवन व्यतीत गर्न सकिन्छ । आसनको अभ्यासबाट व्यक्तिले शरीरलाई स्वस्थ र सुन्दर बनाउन सक्छ । प्राणायामद्वारा मनका विकारहरूलाई शान्त गरी मन शक्तिलाई सहीरूपमा उपयोग गर्न सकिन्छ । त्यसैगरी प्रत्याहारको अभ्यासबाट इन्द्रियहरूलाई अन्तर्मुखी बनाएर वाञ्छित विषयमा चिन्तन, मनन यथेष्ट समयसम्म गर्ने क्षमता प्राप्त गर्न सकिन्छ । धारणाको अभ्यासद्वारा एक निश्चित लक्ष्यप्रति एकाग्रता बढाएर त्यसको तत्त्व जान्ने सामर्थ्य प्राप्त गर्न सकिन्छ । ध्यानद्वारा चित्तशुद्धि गर्दै इष्ट पदार्थ प्राप्त गर्ने एवं प्रयोग गर्ने क्षमता प्राप्त गर्न सकिन्छ । समाधिले व्यक्ति आफ्नो कार्यमा समग्र चेतनालाई तल्लीन गरेर पनि सजग रहने क्षमताबाट आरम्भ गरी आनन्दानुभूतितिर अघि बढ्ने क्षमता प्राप्त गर्दछ । यसरी अष्टाङ्गयोगले व्यक्तिको सामाजिक एवं वैयक्तिक जीवनलाई सुन्दर बनाएर शरीर, इन्द्रिय, मन एवं चित्तलाई शुद्ध गर्दै मोक्ष गति प्रदान गर्दछ । त्यसैले आसन र प्राणायामका साथसाथै बिस्तारै यी विषयहरूमा पनि खोतल्ने र व्यवहारमा उतार्ने चेष्टा गर्‍यौँ भने अवश्य पनि योगको माध्यमबाट आध्यात्मिक उन्नति प्रगति सुगम हुन्छ ।

सलभासासन गर्ने विधि :-

- सबभन्दा पहिले घोप्टो परेर सुत्ने ।
- दुवै खुट्टालाई सीधा रेखामा राख्ने, हत्केलाहरूलाई मुठ्ठी बनाएर दुवै तिघ्राको मुनि राख्ने ।
- गहिरो श्वास तानेर दुवै मुठ्ठी र शरीरको बलले दुवै खुट्टाहरूलाई सकेसम्म सँगै माथि उठाउने । यस क्रममा खुट्टालाई खुम्च्याउन हुँदैन ।
- शुरुका अवस्थामा खुट्टालाई धेरै माथिसम्म लान सकिँदैन

तर अभ्यास गर्दै गइसकेपछि सहजताका साथ माथिसम्म लान सकिन्छ । यसरी खुट्टा माथि उठाएको अवस्थामा शिर तथा हातपाउ जमिनमै रहनुपर्दछ ।

- केही क्षण यस स्थितिमा रहेपछि श्वास छोड्दै बिस्तारै दुवै गोडालाई सँगै तल झार्दै पूर्वावस्थामा आउने ।
- यो आसन सम्पन्न गर्दा खुट्टालाई माथिबाट तल ल्याउँदा एक्कासी झ्वाट्ट ल्याउनु हुँदैन । बिस्तारै खुट्टामा वा आज्ञा चक्रमा ध्यान केन्द्रित गर्दै खुट्टा तल झार्नुपर्ने हुन्छ । सबै आसन गर्दा हामीले सकेसम्म नहतारिकन सुस्तरी-सुस्तरी गर्दा अपेक्षाकृत लाभ लिन सकिन्छ । चाँडचाँडै गर्दा वा हतारिँदा लाभको सट्टा हानि हुने प्रबल सम्भावना हुन्छ ।
- सलभासनलाई प्रारम्भमा अभ्यास गर्न गाह्रो हुने हुनाले यसलाई दुई चरणमा सम्पन्न गर्न सकिन्छ । माथि बताइएको विधि दोस्रो चरण हो भने यसको पहिलो चरणमा दुवै खुट्टालाई एकैचोटि माथि नउठाईकन माथि भनिएकै विधिबाट पहिले दायाँ वा बायाँ खुट्टालाई उठाएर यस आसनको अभ्यास गर्न सकिन्छ । दुवै खुट्टालाई पालैपालो उठाउन सकिने भएपछि हामीले अन्तमा गएर सलभासनको पूर्ण अभ्यास गर्न सक्दछौँ । सलभासनको यस पहिलो चरणलाई अर्ध-सलभासन भनिन्छ ।

सलभासनका फाइदाहरू :-

१) यस आसनको अभ्यासबाट मूलाधार चक्र, स्वाधिष्ठान चक्र आदिमा प्रभाव पर्ने हुनाले उक्त चक्रहरूको जागरणमा मद्दत पुऱ्याउँछ ।

२) यस आसनबाट खुट्टाका सम्पूर्ण स्नायु प्रभावित हुन गई त्यस ठाउँको आरोग्यता कायम गर्न यो आसन निकै सहायकसिद्ध हुन जान्छ ।

३) खुट्टा नचल्ने अथवा पक्षाघातको रोगमा फाइदाजनक हुन्छ ।

४) पायल्स, अण्डकोषको वृद्धिजस्ता रोगहरूलाई यस आसनले कम गर्दै लैजान्छ ।

५) स्त्रीहरूमा प्रायश: देखापर्ने यौन रोग तथा मासिक धर्मसम्बन्धी रोगलाई पनि यस आसनबाट समाधान गर्न सकिन्छ ।

जय गुरुदेव !

२०६६ कार्तिक महिनामा पर्ने चाडपर्व

कार्तिक १ गते	गाई-गोरु तिहार, वलिपूजा, म्हपूजा
कार्तिक २ गते	**श्री शिव गोरक्ष हवन**, गोवर्द्धनपूजा, यमद्वितीया(भाइटीका)
कार्तिक ३ गते	**तान्त्रोक्त वटुक भैरव हवन, तान्त्रोक्त गणपति हवन**
कार्तिक ४ गते	**दिव्य गुरु महोत्सव,तान्त्रोक्त महालक्ष्मी हवन, तान्त्रोक्त विन्ध्यवासिनी हवन**
कार्तिक ५ गते	**तान्त्रोक्त वगलामुखी हवन, तान्त्रोक्त महर्षि वेदव्यास हवन**
कार्तिक ७ गते	छठपर्व
कार्तिक ९ गते	अष्टमीव्रत, गोरखकाली पूजा
कार्तिक १२ गते	हरिबोधिनी एकादशी, तुलसी विवाह
कार्तिक १४ गते	प्रदोषव्रत
कार्तिक १५ गते	वैकुण्ठचतुर्दशी
कार्तिक २३ गते	अष्टमीव्रत, गोरखकाली पूजा
कार्तिक २६ गते	उत्पतिका एकादशी
कार्तिक २८ गते	प्रदोषव्रत
कार्तिक २९ गते	बालाचतुर्दशी, शतबीज रोप्ने दिन

प्रत्येक बृहस्पतिबार बिहान १०:०० बजे-गुरु पूजन
प्रत्येक दिन साँझ ५:०० बजे-आरती

म रहुँ या नरहुँ, यसको चिन्ता नगर, तिमी मलाई स्मरण गर, आफ्नो साथमा नै मलाई पाउनेछौ ।

–परमपूज्य सद्गुरूदेव

हार्दिक बधाई

गुरूसेवा दलका नवप्रवेशी सम्पूर्ण कार्यकर्ताहरूमा हार्दिक बधाई तथा शुभकामना व्यक्त गर्दै यहाँहरूको उत्तरोत्तर आध्यात्मिक उन्नति प्रगतिका लागि सद्गुरूदेवहरूको चरणकमलमा सभक्ति प्रार्थना गर्दछौं ।

सिद्धाश्रम शक्ति केन्द्र
विज्ञापन, पोष्टर तथा संगठन उपविभाग
परिवार

सिद्धाश्रम शक्ति केन्द्र

सम्पर्क कार्यालय रामघाट, पोखरा

शुक्ला गण्डकी नदीको किनारामा मन्द हावा चल्दा, अनि माछापुच्छ्रे हिमालको छायाँ नदीमा परेको दृश्य हेर्दा स्वर्गजस्तै आनन्द दिने स्थल लाग्छ पोखराको रामघाट जहाँ त्रेतायुगमा वनवासको बेला रामचन्द्र भगवान्‌ले स्नान गरी शिव मन्दिर बनाउन लगाउनुभएको जनश्रुति छ । त्यही सुन्दर शिव मन्दिर परिसरमा सिद्धाश्रम शक्ति केन्द्रको सम्पर्क कार्यालय रहेको छ ।

२०५८ चैत्र १९ गते सोमबार कास्की जिल्ला वडा नं. १० कुँडहर अन्नपूर्ण मार्गमा एउटा सानो कोठा भाडामा लिई साँझ ४:३० बजे सद्‌गुरुदेवहरूको आरतीका साथ यस सम्पर्क कार्यालयको बीजारोपण भएको थियो । त्यसै दिन बिहान ५:०५ देखि ५:४५ सम्म माछापुच्छ्रे एफ.एम. ९१ मेगाहर्जबाट मन्त्र तन्त्र विज्ञानसम्बन्धी नेपालको पहिलो रेडियो कार्यक्रम गोरक्ष निखिल सन्देशको साप्ताहिक प्रसारण शुभारम्भ भइसकेको थियो । शुरुका दिनमा सोमबार र बिहीबार मात्रै आरती गरिँदै आएकोमा २०५९ आषाढदेखि प्रत्येक दिन साँझ ५ बजेदेखि ५:३० सम्म आरती कार्यक्रम सञ्चालन हुन थाल्यो ।

कार्यकर्ताको जोश जाँगर र उत्साहको साथ गुरुकार्यलाई अगाडि बढाइ रहेको वातावरणमा २०५९ आषाढ ०७ गतेबाट दिव्य गुरु महोत्सव मनाउने कार्यक्रमको थालनी भयो । त्यसपछि दिन प्रतिदिन बढ्दै गएको साधक साधिकाको संख्या एवं जिज्ञासु भक्तजनको चापलाई धान्न नसकी कुँडहर-१० अन्नपूर्ण मार्गमा रहेको आश्रमलाई २०५९ कार्तिक १० गते सृजनाचोकमा सारियो । त्यहाँ आश्रम सरेपछि आफ्नै भवनमा सद्‌गुरुदेवहरूको आरती गर्ने भावना कार्यकर्ताहरूमा विकसित हुँदै गयो र भवन निर्माणको लागि सम्भावित जग्गाको खोजी गर्न थालियो । नभन्दै सद्‌गुरुदेवहरूको कृपाबाट चाँडै नै रामघाटस्थित शिव मन्दिर परिसरमा जग्गा प्राप्त भयो ।

२०५९ फाल्गुण १० गते भवनको शिलान्यास सावर पन्थी नं. १ र २ का सदस्यज्यूहरूबाट भएको थियो । सिद्धाश्रम शक्ति केन्द्रकै इतिहासमा पहिलो भवन (तीन तले) निर्माण कार्य सम्पन्न भई २०६१ साल वैशाख २५ गते सृजनाचोकबाट रामघाट-१० स्थित नवनिर्मित आफ्नै आश्रम भवनमा सरेको बखत सम्पूर्ण कार्यकर्ताहरूका आँखामा हर्षको आँसु छचल्किएको थियो । आत्मिक भाव र लगनशीलताको साहसिलो कार्यले गर्दा नै पोखराले त्यही साल पौष १५ गतेदेखि बिहीबारको गुरु पादुका पूजनजस्तो दिव्य एवं नियमित कार्यक्रम सञ्चालन गर्ने सौभाग्य प्राप्त गऱ्यो । त्यसको लगत्तै पौष २५ देखि २७ गतेसम्म भवनको उद्‌घाटन कार्यक्रम अत्यन्त भव्यताका साथ सुसम्पन्न भएको थियो । देशका विभिन्न भागबाट भएको कार्यकर्ता एवं साधक साधिकाहरूको आगमनले साधक-साधिकाहरूको मन हर्षले गद्‌गद् भएको थियो ।

यस सम्पर्क कार्यालयले आफ्नो भवनको उद्‌घाटनपश्चात् वरपरका स्थानहरूमा गुरु योजना विस्तार गर्ने कार्यलाई अगाडि बढायो । कार्यकर्ताहरूको चाप र मागलाई ध्यानमा राखी सद्‌गुरुदेवहरूको आशीर्वादस्वरूप लेखनाथ र विन्ध्यवासिनीमा क्रमश: २०६२ कार्तिक २ र चैत्र १ गते आरती सञ्चालन केन्द्र खोल्ने सौभाग्य प्राप्त भयो । यी

दुवै केन्द्रहरू हाल सम्पर्क कार्यालयमा रूपान्तरित भइसकेका छन् । सद्गुरुदेवहरूको महान् योजनालाई अगाडि बढाउन २०६३ श्रावण १ गते लामाचौर र विरौटामा आरती सञ्चालन केन्द्र शुभारम्भ गरियो । समयको मागसँगै विभिन्न स्थानमा गुरुदेवहरूको सन्देश फैलाउने क्रममा पोखराको प्रस्याङ्गमा पनि प्रचार-प्रसार केन्द्र खोल्ने अनुमति प्राप्त भयो र त्यसैको एक वर्षपछि २०६४ फाल्गुण १५ मा घार्मी अनि फाल्गुण २० मा भगवतीटारमा पनि गुरुदेवहरूको आरती शुभारम्भ भएको थियो ।

'तान्त्रिक साधना तान्त्रिक ध्यान, मानव जीवनको वास्तविक ज्ञान' भन्ने नारालाई आत्मसात् गर्दै परमपूज्य सद्गुरुदेवहरूको आशीर्वादस्वरूप २०५९ मंसिर ७ गते पहिलोपटक केन्द्रबाहिर पोखरामा तान्त्रोक्त अष्टलक्ष्मी साधना शिविर सम्पन्न भएको थियो । यसरी शुरु भएको साधनात्मक लहरमा हालसम्म २८ वटा साधना सम्पन्न भएका छन् जसबाट हजारौं व्यक्तिहरूलाई सद्गुरुदेवहरूसँग जोडिने र देवताहरूको कृपा आशीर्वाद प्राप्त गर्ने सुअवसर मिलेको छ । साधनात्मक क्रमको शुरुआतको एक महिनापछि अर्थात् पौष १३ गतेबाट तान्त्रिक ध्यानको प्रशिक्षण पनि शुभारम्भ भएको थियो । हालसम्म प्रारम्भिक ध्यानको प्रशिक्षण तेह्रवटा समूहमा सम्पन्न भइसकेका छन् भने सम्मोहन ध्यान, भैरव भैरवी ध्यानका कक्षाहरू पनि सम्पन्न भएका छन् ।

आध्यात्मिक थलोको रूपमा विकास भइरहेको यस पोखरामा विन्ध्यवासिनी माताको तान्त्रोक्त हवन कार्यक्रम पनि गत २०६५ वैशाखदेखि शुभारम्भ भएको छ । यो हवन प्रत्येक महिनाको पहिलो बुधबार विन्ध्यवासिनी मन्दिरको परिसरमा ८:०० देखि ९:०० बजेसम्म सञ्चालन हुने गर्दछ ।

आश्रम विस्तार एवं प्रचारप्रसारको एउटा माध्यम एफ.एम. रेडियो हो भने जनजनको हातहातमा पुग्ने गोरक्ष निखिल वाणी पत्रिका अझ प्रमुख माध्यम हो । यही पत्रिकाको सदस्यता विस्तार कार्यको थालनी २०५९ बाट नै भएको थियो र हालसम्म आइपुग्दा ४००० भन्दा बढी वार्षिक सदस्य हुनुहुन्छ ।

गुरु कार्यको पहिलो खुट्किलाको रूपमा रहेको आधारभूत तालिमदेखि गुरु सेवा दलसम्मका गरी जम्मा ९७ जना तालिम प्राप्त कार्यकर्ता यहाँ कार्यरत छन् ।

कार्यकर्ताको आत्मिक भाव र गुरुकार्यप्रतिको लगनशीलता तथा गुरुदेवहरूको आशीर्वादस्वरूप कास्की जिल्लामा तीनवटा सम्पर्क कार्यालय खुलेको हुँदा संस्थाको नयाँ सांगठनिक शैलीअनुरूप क्षेत्रीय कार्यालयको अवधारणासमेत यहींबाट पहिलोपटक लागू भएको छ । यसैको फलस्वरूप तान्त्रिक ध्यानको द्वितीय चरणको कक्षासमेत २०६६ भाद्र १६ गतेदेखि यहाँबाट सञ्चालन भइरहेको छ । यसप्रकार गोरक्ष निखिल युग निर्माणको महान् योजनामा यस पोखरास्थित रामघाट सम्पर्क कार्यालय आफ्नो गतिमा अघि बढिरहेको छ । जय गुरुदेव !

हवन कार्यक्रम

परमपूज्य सद्गुरुदेवहरूको परम कृपा, अनुकम्पा एवं आशीर्वादस्वरूप सिद्धाश्रम शक्ति केन्द्रले प्रत्येक महिनाको पहिलो हप्ता विभिन्न बारहरूमा विभिन्न मन्दिर तथा शक्तिपीठहरूमा सम्पन्न गर्दै आइरहेको मासिक हवन कार्यक्रमहरूलाई गत आश्विन महिनामा पनि निरन्तरता दियो । हवन कार्यक्रमअन्तर्गत आश्विन १ गते तान्त्रोक्त बगलामुखी हवन कार्यक्रम पाटन कुम्भेश्वरस्थित बगलामुखी मन्दिर प्रांगणमा, आश्विन ५ गते श्री शिव गोरक्ष हवन कार्यक्रम पशुपति मृगस्थलीस्थित गुरु गोरखनाथको मन्दिर प्रांगणमा, आश्विन ६ गते तान्त्रोक्त वटुक भैरव हवन कार्यक्रम लगनखेलस्थित वटुक भैरव मन्दिर प्रांगणमा तथा आश्विन ७ गते तान्त्रोक्त महालक्ष्मी हवन कार्यक्रम लगनखेलस्थित महालक्ष्मी मन्दिर प्रांगणमा सम्पन्न भयो । उपरोक्त हवन कार्यक्रमहरूमध्ये तान्त्रोक्त वटुक भैरव हवन कार्यक्रम बिहान ७:०० बजेदेखि ८:०० बजेसम्म तथा अन्य हवन कार्यक्रमहरू बिहान ८:०० बजेदेखि ९:०० बजेसम्म सञ्चालन भएको थियो ।

यस्तै मासिक हवनकै शृङ्खलामा सम्पर्क कार्यालय रामघाट पोखराको आयोजनामा गत आश्विन ७ गते बुधबार स्थानीय विन्ध्यवासिनी मन्दिर प्रांगणमा तान्त्रोक्त विन्ध्यवासिनी हवन कार्यक्रम सम्पन्न भयो भने सम्पर्क कार्यालय तनहुँको आयोजनामा आश्विन १ गते बिहीबार स्थानीय वेद व्यास गुफा परिसरमा तान्त्रोक्त महर्षि वेदव्यास हवन कार्यक्रम सम्पन्न भयो भने सम्पर्क कार्यालय भक्तपुरले पनि गत आश्विन ६ गते मंगलबार सूर्यविनायक मन्दिर प्रांगणमा तान्त्रोक्त गणपति हवन सम्पन्न गऱ्यो ।

दिव्य गुरु महोत्सव

गत असोज ५ गते सोमबार (तदनुसार सेप्टेम्बर २१ तारीख, २००९) काठमाडौँको जैन भवनमा विभिन्न कार्यक्रमका बीच दिव्य गुरु महोत्सव सम्पन्न भयो । डा. नारायणदत्त श्रीमालीज्यूका रूपमा सद्‌गुरुदेव परमहंस स्वामी श्री निखिलेश्वरानन्द महाराज यस धरतीमा अवतरित हुनुभएको ऐतिहासिक क्षणको स्मरणस्वरूप सिद्धाश्रम शक्ति केन्द्रले अंग्रेजी महिनाको प्रत्येक २१ तारीखमा दिव्य गुरु महोत्सव मनाउँदै आइरहेको छ ।

स्तवन वन्दनासँगसँगै १०:१५ मा शुरु भएको दिव्य गुरु महोत्सवमा गुरु पादुकाको दिव्य पूजन, मन्त्रजप, हवन, आरती, भजन-कीर्तन र नृत्य आदि कार्यक्रमहरू सम्पन्न भएका थिए । महोत्सवमा पूजन गर्ने सौभाग्य शारदा बिष्ट, पार्वती गौतम, प्रेमकुमारी गौतम, शोभा गौतमले प्राप्त गर्नुभएको थियो ।

कार्यक्रमको दोस्रो चरण गुरुसेवा दलका सदस्य सुमित्रा लामाको स्वागत-मन्तव्यबाट शुरु भएको थियो । नवरात्रिको अवधि पनि परेकाले उक्त कार्यक्रममा माता नवदुर्गा भवानीको कर्णप्रीय भजनकीर्तनको साथमा पूर्ण मातामय र गुरुमय हुने प्रयास गरिएको थियो । सिमल्टार प्र.स.का. तथा बबरमहल आ.स.के.का कार्यकर्ताहरूले तयार गर्नुभएको नृत्यहरू पनि कार्यक्रममा प्रस्तुत गरिएको थियो । कार्यक्रममा गोरक्ष निखिल वाणीको २० जना सदस्य बनाउनुभएका पद्‌मसिंह धामी, रामचन्द्र दवाडी, जमुना तिवारी, लोकबहादुर नेपाली, शशिकला धिताल, महेश सिलवाल, श्यामबहादुर सिलवाल, यज्ञबहादुर सिलवाल, तारा गौतम, सुषमा कार्कीलाई परमपूज्य सद्‌गुरुदेवहरूबाट प्राप्त विशेष धारण माला उपहारस्वरूप प्रदान गरिएको थियो ।

स्ववचनको क्रममा सावर पन्थी सदस्य १ ज्यूले सबैलाई विजयादशमीको शुभकामना दिनुभएको थियो । उहाँले हृदयको पवित्रताको महत्त्वमाथि पनि प्रकाश पार्नुभयो । उक्त अवसरमा सावर पन्थी २ सदस्यज्यूले बडादशैँको शुभकामना दिनुहुँदै विजयादशमी आफूमाथि विजय प्राप्त गर्ने पर्व भएकाले आफ्ना दशेन्द्रियहरूलाई वशमा गरेर आफ्ना कमीकमजोरी हटाउँदै परिस्कृत हुनुपर्ने स्मरण गराउनुभएको थियो ।

आ. स. ने. तहको तालिम

सिद्धाश्रम शक्ति केन्द्रले गत आश्विन २० र २१ गते आध्यात्मिक सह-नेतृत्वकर्ताहरूका लागि चौधौँ तालिम तथा प्रशिक्षण कार्यक्रम सम्पन्न गऱ्यो ।

काठमाडौँको कमलपोखरीस्थित अग्रवाल भवनमा आयोजित दुई दिवसीय उक्त तालिम तथा प्रशिक्षण कार्यक्रम दुवै दिन बिहान १० बजे सद्‌गुरुदेवहरूको स्तुति वन्दना-प्रार्थनाबाट शुरु भई साँझको नित्य आरतीपछि टुंगिएको थियो ।

विभिन्न सत्रमा सम्पन्न तालिम कार्यक्रममा सम्पन्न दिव्य गुरु पादुका पूजनको चरणमा पूजन गर्ने सौभाग्य पाउनेहरूमा बेलबहादुर गुरुङ्ग, केशव पाण्डे, सानुमैया महर्जन, गीता कडेँल, नागेश कडेँल, विनोदकुमार श्रेष्ठ र हरिचन्द्र त्रिपाठी हुनुहुन्थ्यो ।

उक्त कार्यक्रममा आश्रम प्रशासन, संगठन, ध्यान, दैवी प्रवृत्ति आदि विषयमा प्रशिक्षण दिइएको थियो । उक्त अवसरमा विशेष मुद्रासहितको विशेष ध्यान पनि प्रशिक्षार्थीहरूले प्राप्त गर्नुभएको थियो । उक्त कार्यक्रमको बीचबीचमा भजन पनि प्रस्तुत भएका थिए ।

कार्यक्रममा काठमाडौँ, ललितपुर, भक्तपुर, काभ्रे, गोरखा, चितवन, कास्की, सर्लाही, सिन्धुलीलगायत जिल्लाबाट आउनुभएका ८८ प्रशिक्षार्थीहरूको सहभागिता रहेको थियो ।

कार्यक्रममा सावर पन्थी सदस्य नं. १, २, ३ र सावर मातृकाज्यूले प्रशिक्षण प्रदान गर्नुभएको थियो । कार्यक्रमको उद्‌घोषण सा.प.३ ज्यूले गर्नुभएको थियो ।

कार्यक्रमको अन्तमा सुनाइएको ग्रेडिङ्गअनुसार आध्यात्मिक सहनेतृत्वकर्ता तहबाट विकसित भएर आध्यात्मिक नेतृत्वकर्ता तहमा ३३ जना प्रशिक्षार्थीहरू पदोन्नत हुनुभएको थियो । हालसम्मको संस्थाको इतिहासमै पहिलोपटक यति धेरै संख्यामा यस समूहको तालिम सम्पन्न भएको हो । तालिममा सहभागी भएपछि एउटा बेग्लै किसिमको उर्जा, जोश जाँगर प्राप्त भएको कुरा सहभागीहरूको तालिम पश्चातको प्रतिक्रिया रहेको थियो ।

सिद्धाश्रम शक्ति केन्द्रले प्रत्येक महिना आफ्ना विभिन्न तहका कार्यकर्ताहरूका लागि तहगतरूपमा सञ्चालन गर्दै आइरहेका यस्ता कार्यक्रमहरूमा सहभागी हुन विभिन्न तहका कार्यकर्ताहरू महिनौँदेखि प्रतीक्षारत रहन्छन् ।

तुलसी
बहु-उपयोगी वनस्पति

गोरक्ष निखिल वाणीका पुराना अंकहरूमा तुलसीको उपयोग र महिमाको बारेमा सामग्रीहरू प्रकाशित भइसकेका छन् । भएता पनि यस अंकमा पनि केही नवीन वैज्ञानिक खोजका साथ तुलसीसम्बन्धी विशेष जानकारीहरू दिने प्रयास गरेका छौं । आशा छ, पाठकवृन्दले यसबाट भरपूर फाइदा लिनुहुनेछ ।

गाउँमा मेडिकलका औषधिहरू सजिलै नपाइने हुनाले धेरैजस्ता रोगहरूको उपचार वरपरकै जडिबुटीबाट गर्नुपर्ने हुन्छ । कामको थकानले कसैलाई छाती दुख्दा, कसैलाई चिसोले रुघा, खोकी लाग्दा, छालामा दाद, लुतो आउँदा आज पनि सबैले तुलसी नै प्रयोग गर्दछन् ।

सन् १९०७ मा इङ्गल्याण्डमा सम्पन्न इम्पेरियल मेडिकल कन्फ्रेन्समा यो कुराको रहस्योद्घाटन गरिएको थियो कि जहाँ तुलसी लगाइन्छ त्यहाँ मलेरियाको प्रकोप हुँदैन किनकि त्यसको वरिपरि तुलसीको पत्रबाट निस्किएका उडनशील तेल र अन्य रसायनका कारण लामखुट्टे र अन्य रोगका कीटाणु रहन सक्दैनन् ।

वैज्ञानिकहरूका अनुसार तुलसीमा त्यस्तो गुण हुन्छ जसले मानव शरीरको विद्युतीय संरचनालाई सीधै प्रभावित गर्दछ, शरीरमा विद्युत् शक्तिको प्रवाहलाई बढाउँछ, जीवकोषहरूलाई सक्रिय बनाउँछ र रोग प्रतिरोधात्मक शक्तिमा वृद्धि गराउँछ । मानिसहरूले तुलसीको डाँठबाट माला बनाएर लगाउने गर्दछन्, कतिपय धर्म सम्प्रदायमा त यो लगाउनुपर्ने नै नियम हुन्छ जुन कुरा आफैमा लाभदायक देखिन्छ ।

तुलसीको बिरुवाबाट तुलनात्मकरूपमा अन्य बिरुवाभन्दा बढी मात्रामा अक्सिजन निस्कने भएकोले मानिसलाई श्वास-प्रश्वासमा सहयोग गर्दछ । धार्मिक हिसाबले भए पनि गाउँघरमा मानिस मर्न लाग्दा तुरुन्तै तुलसीको मठनजिक लगेर सुताइन्छ, यो पनि अर्को लाभदायक पक्ष हो ।

तुलसीको वैज्ञानिक नाम ओसिमम् स्याङ्टम हो । अन्य जडिबुटीसँग तुलना गर्न नसकिने भएकाले यसलाई तुलसी भनिएको हो । अति उत्तम रस हुनुका साथै देवताहरूमा चढाइने भएकोले तुलसीलाई सुरसा भनिन्छ । यसको दर्शन एवं सेवनबाट नकारात्मक गुणहरू, रोगहरू एवं पापहरू हट्ने भएकोले अपेतराक्षसी भनिन्छ ।

तुलसीको बिरुवा स-साना शाखा प्रशाखायुक्त, २ देखि ४ फिट अग्लो र वर्षायुको हुन्छ । पूरै विरुवा बैजनी रंगको हुन्छ । यसको पात १ देखि २.५ इन्च लामो, अण्डाकार हुन्छ । पुष्प र फल शीत ऋतुमा निस्कने गर्दछन् । बीज साना, अण्डाकार, केही चेप्टो, चिल्लो र खैरो, रक्त वा कालो रंगका हुने गर्दछन् । यो बिरुवा समुद्री सतहदेखि ६ हजार फिटसम्मको उचाइमा पाइन्छ । तुलसीको पत्र, पुष्प, बीज, मूल आदि सबै प्रयोग गरिन्छन् । बीज वा मूलको चूर्ण १ देखि ३ ग्राम, पत्र वा पुष्पको स्वरस ५ देखि १० मि.लि. सम्म प्रयोग गर्न सकिन्छ ।

यस बिरुवाको पात तथा पुष्पमञ्जरीमा भोलाटाइल तेल, फिनोल, अल्डिहाइड, एस्कोर्बिक एसिड, केराटिन हुन्छन् भने बीजमा स्थिर तेल, बिरुवामा ग्लाइकोसाइड र टेनिन आदि रासायनिक पदार्थहरू हुन्छन् ।

उपयोग

यसको बीजको सेवन गर्नाले छातीको दु:खाइ कम हुन्छ । दाद तथा विभिन्न प्रकारका छाला अर्थात् कुष्ठरोगमा नित्य तुलसी पत्रको रस दल्ने र उक्त रस नियमित सेवन गर्ने हो भने रोग कम हुँदै जान्छ । परमपूज्य सद्गुरुदेव डा.नारायणदत्त श्रीमाज्यूलीले आफ्नो पुस्तक 'मूलाधार से सहस्रार तक'मा तुलसी चौसठ्ठी दिव्य औषधिहरूमध्ये एउटा

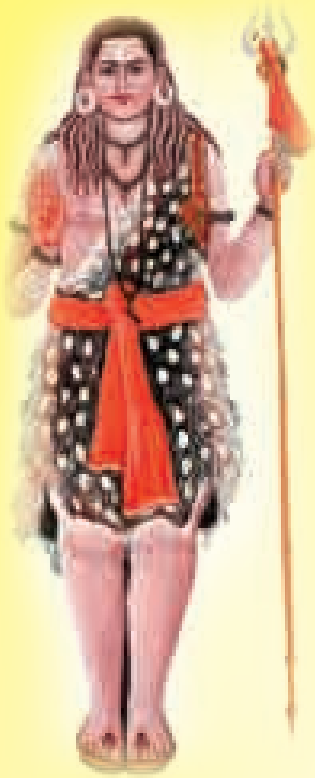
प्रमुख भएको र यसको एक वर्षसम्म निरन्तर प्रयोगबाट कुष्ठरोगीलाई पूर्णरूपले ठीक बनाउनुभएको कुरा उल्लेख गर्नुभएको छ । यसको पञ्चाङ्गको चूर्ण कागतीको रसको साथ दिनाले पेटका जुका नाश गर्दछ । नित्य तुलसीको पाँच पत्र सेवन गर्नाले वीर्यको पातलोपन मेटिन्छ र गाढापन पैदा हुन्छ । विविध प्रकारका नपुंसकतामा पनि लाभदायक हुन्छ । दौर्बल्य रोगमा बीजको सेवन फाइदाजनक हुन्छ । यसको बीज विषनाशक भएकाले सर्पविषमा पनि दिइने गरिन्छ साथै यसले शुक्र वृद्धि गर्दछ । विभिन्न प्रकारका ज्वर तथा रुघाखोकीमा तुलसी प्रसिद्ध औषधि हो । अझ बच्चाहरूमा बढी लाभदायक हुने हुनाले गाउँघरमा अहिले पनि यसैको माध्यमबाट उपचार गरिन्छ । यसका पत्रहरूलाई चियामा राखेर सेवन गर्नाले चिया सुगन्धित हुनुका साथै स्वास्थ्यवर्धक हुन्छ ।

यसमा हुने उडनशील तेलमा क्षयनाशक शक्ति हुन्छ र टि.बी.रोगमा दिइने स्ट्रेप्टोमाइसिन र आइसोनायजाइड औषधिहरूको प्रभावको केही अंशसँग यसको प्रभाव मेल खान्छ ।

तुलसीको वैज्ञानिकरूपमा भएका परीक्षणमा निम्न तथ्यहरू पत्ता लागेका छन्- तुलसीको ताजा पत्रबाट निकालिएका इथानोलिक एक्स्ट्रयाक्ट, उडनशील तेल र स्थिर तेलले हिस्टामिनको कारणले हुने दम तथा अन्य श्वासरोगहरूबाट बचाउने गर्दछ । यिनै रासायनिक पदार्थले शोथ तथा वेदना नाश गर्नमा पनि मद्दत पुर्‍याउँछन् । साथै ग्याष्ट्रिक अल्सरमा पनि फाइदा पुर्‍याउँछ । तुलसीबाट निकालिएका रसायनहरूले इन्सुलिन रिसेप्टरहरूलाई सक्रिय बनाउनुका साथै ग्लुकोजको मेटाबोलिज्मलाई सुचारु गर्न सहयोग गर्ने हुनाले तुलसी डाइबिटिज रोगमा पनि फाइदाजनक पाइयो ।

तुलसीबाट निकालिएको बेन्जिन एक्स्ट्रेक्टले भने नपुंकसता बढाउने भएकोले जुन पुरुष वीर्यमा कम संख्यामा

शुक्रकीट छ र जुन महिला गर्भवती छिन् त्यस्ताले धेरै मात्रामा तुलसीको सेवन गर्नुहुँदैन ।

आयुर्वेदलगायत धेरैजसो हिन्दु शास्त्रहरूले एकै स्वरमा महिमा गाएको, स्वस्थ तथा रोगी दुवैले प्रयोग गर्न सकिने, वैज्ञानिक दृष्टिले पनि विभिन्न रोगहरूमा लाभदायक सिद्ध यस्तो अमूल्य औषधिलाई हाम्रा पूर्वजहरूले धार्मिक आस्थासँग जोडेर आजको अवस्थासम्म बचाइदिनु धेरै राम्रो पक्ष हो । त्यसैले यस दिव्य जडिबुटीलाई जो कोहीले पनि आफ्नो घर वरपर लगाएर यसलाई बचाउनु, यसबाट फाइदा लिनु, अरूलाई पनि जानकारी दिनु, आउँदो पुस्तालाई पनि सुरक्षित राख्नु सबैको कर्तव्य हो । जय गुरुदेव !

श्री शिव गोरक्ष-नाथंप्रदाय

परमपूज्य सद्‌गुरुदेव श्री शिव गोरक्ष सम्बन्धी विभिन्न सत्य तथ्य कुराहरूको बारेमा जानकारी दिने क्रममा श्री सावर संरचना शक्ति केन्द्र नेपालद्वारा प्रकाशित तथा योगी शिवशक्तिश्वरानन्द एवं योगी कर्मवीरानन्दद्वारा लिखित 'श्री शिव गोरक्ष-नाथंप्रदाय' ग्रन्थबाट विभिन्न प्रसंगहरू क्रमशः प्रकाशित गर्दै गइरहेका छौं ।

प्रथम नाथ : आदिनाथ

नमस्ते आदिनाथाय विश्वनाथाय ते नमः ।
नमस्ते-विश्वरुपाय विश्वातीताय ते नमः ॥
उत्पत्ति स्थिति संहार कारिणे क्लेशहारिणे ।
नमस्ते देव देवेश, नमस्ते परमात्मने ॥
योग मार्ग कृतं तुभ्य महायोगीश्वराय ते ।
नमस्ते परिपूर्णाय जगदानन्द हेतवे ॥

हे आदिनाथ ! हजूरलाई नमस्कार छ, हे विश्वनाथ ! हे विश्वरूपा ! हजूरलाई नमस्कार छ, हे विश्वातीत ! हजूरलाई नमस्कार छ । हजूर नै सारा विश्वब्रह्माण्डका सृष्टिकर्ता हुनुहुन्छ, हजूर नै समस्तको पालनहार हुनुहुन्छ, रक्षक हुनुहुन्छ । हजूर नै समस्तको संहारकर्ता हुनुहुन्छ । यस्ता हजूर आफैमा पूर्ण देव देवेश हुनुहुन्छ, हजूरलाई नमस्कार छ । हे परब्रह्म परमात्मा, हजूरप्रति कोटिकोटि नमन छ । हजूरले नै प्राणी मात्रको कल्याणको लागि योगमार्गको प्रवर्तन गर्नुभयो । हजूर योगीहरूका पनि महायोगी योगीराज हुनुहुन्छ, राजेश्वरले परिपूर्ण अलख निरञ्जन हुनुहुन्छ । हजूरकै कृपाले सारा जगत् आनन्दित भइरहेको छ । यस्ता हजूरप्रति नमन गर्दछौं ।

सारा विश्वब्रह्माण्डलाई सृष्टिसँगै व्यवस्थित पार्ने प्रथम नाथ, नाथहरूका आदिनाथ नै समस्त सृष्टिको मूलाधार हुनुहुन्छ, ब्रह्माण्डका नायक हुनुहुन्छ । उहाँकै अग्रसरता एवं मूल नेतृत्वमा सारा जीव, जगत र सृष्टि चलायमान छ । आदि, अनादि, सनातन, आदिपुरुष, ॐ कार, अलख निरञ्जनस्वरूपमा व्याप्त परब्रह्मरूपी परमात्मा नै आदिनाथ हुनुहुन्छ । उहाँ सृष्टिको त्रिगुणातीत स्वरूपमा हुनुहुन्छ । 'ॐ' प्रणवरूपमा यसभित्रको बनावटमा निहित 'अ', 'उ' र 'म' को संयुक्तस्वरूप हो । यसमा 'अ' प्रणवरूपमा उत्पत्तिको कारक हो, सृष्टिको बोधक हो । 'उ' प्रणवरूपमा स्थितिको कारक हो भने 'म' प्रणवरूपमा संहारको कारक हो । यसरी ॐ कारस्वरूप आदिनाथ नै सर्वत्र सूक्ष्मरूपमा विद्यमान हुनुहुन्छ । यसरी सूक्ष्मरूपमा उत्पत्ति, स्थूलरूपमा स्थिति र रुद्ररूपमा संहार गर्ने, जगतलाई परमकल्याण गर्ने जगतका जगदीश्वर भगवान् आदिनाथ सारा चराचर जगतमा सर्वत्र विराजमान हुनुहुन्छ । उहाँकै स्थूल रूप परमकल्याण गर्ने भगवान् शिव शंकरको स्वरूप हो जसको सदा सर्वदा कैलाश पर्वतमा निवास रहन्छ, जुन लोकलाई शिवलोक वा शिवधाम भनिन्छ ।

नाथ सम्प्रदायका प्रवर्तकको रूपमा अर्थात् प्रथम नाथको रूपमा **आदिनाथलाई** मानिन्छ र आदिनाथ नै भगवान् शिव हुनुहुन्छ ।

आदिनाथः शिव सर्वैषां नाथानां प्रथमो नाथः ।
ततो नाथ सम्प्रदाय-प्रवृत इति नाथ सम्प्रदायिनो वदन्ति ॥

ॐ कारस्वरूप आदिनाथको भक्ति समस्त भक्त, सेवक, शिष्यगण, देवदेवी, असुर, योगी, मुनिजन सबैले गर्दछन् । उहाँ नै सबैका इष्टदेव एवं परमतत्त्व, परमात्मा, परम ईश्वर हुनुहुन्छ जसको कृपाले नै मुक्ति अथवा मोक्ष सम्भव छ ।

नाथ सम्प्रदायमा नाथ पन्थका आदि गुरु, प्रथम गुरु, मूल गुरु एवं नाथ कुल गुरुको रूपमा पूजित, वन्दित एवं उक्त पदमा सुशोभित आदिनाथ भगवान् शिव हुनुहुन्छ ।

आदिनाथ शिवलाई प्रमुख चार योगाचार्यहरूमा, नवनाथ, चौरासी तथा अनन्तकोटि सिद्धहरूमा प्रधान गुरु मानिएको छ । संत योगी ज्ञानेश्वरद्वारा मराठी भाषामा लिखित 'ज्ञानेश्वरी'मा नाथ गुरु परम्परामा आदि गुरु आदिनाथ शिव मानी वर्णन गरिएको पाइन्छ । आदिनाथ शिवद्वारा लोककल्याणार्थ प्रतिपादित मार्गलाई नाथ पन्थ अथवा नाथ सम्प्रदाय भनिएको छ । आत्मबोधोपनिषद्‌मा उल्लेख भएअनुसार जसरी समुद्रमा थोपा थोपाहरूमा निस्कने विकार निस्कँदैनन्, आफैमा हराउँदछन्, आफैमा लीन हुन्छन्, त्यसरी नै आदिनाथरूपी महासागरमा ब्रह्मादि कीटपर्यन्त जीव उत्पन्न हुँदै उसैमा

लीन हुने गर्दछन् ।

भगवान् आदिनाथ शिवले पराशक्तिबिना दर्शन दिनुहुन्न । यो पराशक्ति योगीहरूमा कुण्डलिनी शक्तिको रूपमा मूलाधार चक्रमा रहेको हुन्छ । यहाँबाट यो शक्ति जागृत भई क्रमिकरूपमा हृदयस्थानमा आउँछ र रुद्रग्रन्थिलाई जागृत गर्दछ जहाँ अदिनाथ भगवान्ले रुद्रस्वरूपमा दर्शन दिनुहुन्छ । यही कुण्डलिनी शक्ति जब भ्रूमध्यमा आइपुग्छ त्यहाँ ज्योतिको दर्शन हुन थाल्दछ र तालु प्रदेशमा अर्थात् सहस्रारमा आएपछि शिवरूपी गुरु गोरक्षनाथको दर्शन हुन्छ । यसरी नाथदर्शन पाई योगी परम तृप्त, कृतार्थ, आनन्दित भई निमग्न रहन्छन् । भगवान् शिव गोरक्ष नै आदिनाथ हुनुहुन्छ जसको मुखमण्डल दैदीप्यमान तेजले युक्त करोडौं सूर्यको समान रहन्छ । निलो पहेँलो, सुनौलो जटाभित्रबाट अमृत तत्त्व सदा वर्षिरहेको हुन्छ जहाँ चन्द्रमा आफ्नो स्वरूपमा अति शोभायमान देखिनुहुन्छ । नेत्रकमल अत्यन्त सुन्दर, सदृश्यसुन्दर हुन थाल्दछ । त्रिपुण्ड्र भस्म, तेस्रो नेत्र, तीन लोक, तीनै ज्ञानको ज्ञान हुन्छ । कर्पूर कान्ति तेजबाट सम्पूर्ण सृष्टि प्रकाशित भइरहन्छ । नीलकण्ठमा शेषनाग मालासमान अत्यन्त शोभायमान भई विहार गरिरहनुहुन्छ । नाथ सिद्धको गहना नाद जनेउ, रुद्राक्ष मालाले वक्षस्थल अत्यन्त सुन्दर र मनमोहक देखिन्छ । भस्मीले युक्त काया, ठिक्क मिलेको कटिवस्त्र, मृगछाला, बाघको आसन, त्रिशूल, डमरु, शंख, कमण्डलु आदिले युक्त दिव्य स्वरूपको दर्शन पाई योगीले परम कैवल्यको आनन्द अनुभूति गर्दछन् । यही परमतत्त्व, अलखनिरञ्जनको दर्शन परम शिवलोक कैलाश एवं परम मोक्ष मुक्तिको स्थान भएकोले सबै यसैको प्राप्तिका लागि लालायित हुन्छन् । यस्ता निर्गुण निराकार आदिनाथ सगुणरूपमा शिवको रूपमा आफ्ना अनन्त लीलाहरू गरिरहनुहुन्छ जसलाई शिवको योगमाया लीला भन्ने गरिन्छ । ध्यान, तपस्या, सृष्टि उत्पत्ति, शक्ति उत्पत्ति, समस्त देवीदेवता उत्पत्ति, नाथ सिद्ध अवतारको उत्पत्ति आदिको उत्पत्ति, वरदान संहार गर्ने उहाँका अनन्त लीला छन् । उहाँकै अति दैदीप्यमान जाज्वल्यस्वरूपका अनन्त शक्तिको प्रकटीकरणरूपमा बाह्र ज्योतिर्लिङ्गको उत्पत्ति भई विभिन्न स्थानमा विराजमान हुनुहुन्छ । यसरी ॐकारस्वरूप श्री शिव गोरक्ष आदिनाथको कृपासँगै बाह्र ज्योतिर्लिङ्गको उत्पत्ति भएको हो । यस्तै यस्तै अनन्त लीलाहरू, गूढतम रहस्यले भरिपूर्ण गराई अनन्त लीला रच्ने भगवान् आदिनाथको न त व्याख्या सम्भव छ, न त कुनै कल्पना नै । यसरी समस्त सृष्टिका मूल रचयिता नै आदिनाथ हुनुहुन्छ । समस्त देवीदेवता उहाँकै सृष्टिका उपज हुन् । सारा जगत्लाई अझै सुव्यवस्थित तरीकाले अगाडि बढाउन उहाँकै लीलाअन्तर्गत नवनाथको उत्पत्ति गराउनुभयो अर्थात् नाथ सम्प्रदायको शुरुआत गराउनुभयो ।

यसरी नाथ सम्प्रदायका नाथ कुलगुरु आदिनाथ शिव हुनुभएको कुरामा कुनै मतभेद पाइँदैन । नाथ सम्प्रदायका सम्पूर्ण साहित्यहरूमा शिवलाई अद्वैत, निर्गुण, स्वत: प्रकाशित, अपरिवर्तनीय, भेदरहित तथा प्रापञ्जिक सत्ताहरूभन्दा धेरै माथि, परम आध्यात्मिक सत्ताको रूपमा वर्णन गरिएको पाइन्छ । भगवान् शिवलाई सम्पूर्ण देवहरूमा देवाधिदेव महादेवको रूपमा, भूतनाथ, पशुपतिनाथ आदि अनन्त नामहरूले विभूषित गरिएको पाइन्छ । भगवान् शिव नै सर्वशक्तिमान, सर्वज्ञ, जगत्पिताका रूपमा सम्पूर्ण धर्म, संघ, सम्प्रदायहरूमा सर्वजनोपास्य महान् देवताको रूपमा पूजित हुनुहुन्छ । हाम्रा सम्पूर्ण शास्त्रहरूमा भगवान् शिव एवं उहाँका विभिन्न स्वरूपहरूको वर्णन मुक्तकण्ठले अति उच्च स्थानमा राखेर गरिएको पाइन्छ । 'हठयोग'का प्रणेता आदिनाथ हुनुहुन्छ । महायोगी श्री गुरु गोरखनाथ साक्षात् शिव गोरक्ष हुनुहुन्छ । उहाँ नै आदि महादेव हुनुहुन्छ र उहाँ नै आदिनाथ हुनुहुन्छ जुन कुराको पुष्टि योगीराजेश्वर भगवान् शिव गोरक्षनाथले आफ्ना अनुभूतिका प्रसंगहरू दिव्य श्लोकमार्फत् 'योगबीज'मा उल्लेख गर्नुभएको छ । 'योगबीज' महायोगी शिव गोरक्षले भगवती पार्वतीलाई महाज्ञानले संतृप्त गर्नुभएको दिव्य वाणीहरूको संग्रह हो अर्थात् भगवती पार्वतीले योगमार्गका बारेमा सोध्नुभएका प्रश्नहरूको उत्तरमा भगवान् शिवले गर्नुभएको योगमार्गको वर्णन नै नाथ मार्ग अथवा सिद्धामृत मार्ग हो । महायोगी श्री गुरु गोरखनाथ साक्षात् शिव हुनुहुन्छ । उहाँले आफ्नो नाथस्वरूपबाट महायोग ज्ञानको प्रकाश पार्नुभएको छ । भगवान् शिवले माता पार्वतीलाई दिनुभएको अति गोप्य महायोगज्ञान, जुन अत्यन्त प्रामाणिक एवं अत्यन्त प्राणमय शास्त्ररूपमा रहेको थियो, त्यस्तो महायोगज्ञानलाई महायोगी शिव गोरक्षले सम्पूर्णको लागि सर्वसुलभरूपमा उपलब्ध गरिदिनुभएर शिवत्वको पुष्टि गर्नुभएको छ ।

नारदपुराणको सिद्धनाथ प्रसङ्गमा शिवको मुखारविन्दबाट महायोगज्ञान श्रवणकी अधिकारिणी पराम्बा भगवती पार्वतीलाई सप्तशृङ्गमा महायोग श्रवण गराउँदा मत्स्यको पेटमा भएका मत्स्येन्द्रनाथले सुनेको र यही महायोगज्ञानलाई नै नाथ मार्ग अथवा सिद्धामृत मार्ग भनेको पाइन्छ । माता पार्वतीले भगवान् शिवलाई आदिनाथको रूपमा गरेको वन्दना एवं जीव मात्रको कल्याणको लागि सारा दुःखरूपी बन्धनबाट मुक्तिको लागि मोक्षप्रद योगज्ञानको बारेमा अनुरोध गर्नुभएको र शिवबाट प्राप्त महाज्ञानमा नाथ मार्गलाई सिद्ध मार्ग हो भनिएको वर्णन पाइन्छ । जय गुरुदेव !

देशमा शान्ति सुव्यवस्था र विकास सबै नेपालीहरूको चाहना हो । यसमा प्रतिबद्ध हुनु नेपालीहरूको कर्तव्य हो ।

नेपाल सरकार

सूचना तथा सञ्चार मन्त्रालय

सूचना विभाग

मानिसहरु मठ मन्दिर, मस्जिद, गिर्जा घरमा जाँदा धन सम्पत्ति, मान प्रतिष्ठा, शान शौकत, ऐश्वर्य समृद्धि माग्छन्। सांसारीक मानवका लागि यो स्वाभाविक क्रिया हो किनकि उसलाई समाजमा बस्दा उठ्दा धन सम्पत्ति चाहिन्छ, मान प्रतिष्ठा पनि चाहिन्छ, ऐस आराम पनि चाहिने हुन्छ। उसलाई शान शौकतसँग हिंड्ने, बस्ने इच्छा पनि हुन्छ। त्यसैले हामी प्रायः गुरुसँग वा भगवान्सँग सांसारीक चीज नै माग्छौं। विरलैले मात्र यस्तो चीज माग्छ जसलाई प्रेम भनिन्छ। प्रेम नै यस्तो चीज हो जसको सार अमीट हुन्छ, चिरस्थायी हुन्छ, अद्वितीय हुन्छ। त्यसैले त सत्यानुरागी महापुरुषहरु यदि सद्गुरु र ईश्वरसँग केही माग्नै पर्‍यो भने प्रेम माग्छन्। प्रेम नै सबैको मूलाधार हो– शान्तिको, सन्तोषको, करुणाको। सुख, समृद्धि, प्रतिष्ठा, ऐश्वर्यको मूल स्रोत खोज्नु पर्‍यो भने प्रेमलाई नपछ्याई हुँदैन। त्यसैले प्रेममा नै सबै चीजको मूल फुट्छ।

विकासको मूल फुटेपछि देशको सर्वांगीण विकास भएजस्तै गुरुदेवप्रति प्रेमको मूल फुटाउँदा हाम्रो सर्वांगीण विकास हुन्छ। यो प्रेम कस्तो हुनुपर्छ भन्ने कुरालाई शास्त्रले सुन्दर तरीकाले व्याख्या गर्णन गरेको पाइन्छ। शुद्ध, साँचो र निष्कपट प्रेम गर्ने सल्लाह शास्त्रले हामीलाई दिएको छ। जसले आफ्ना गुरु र ईश्वरलाई वास्तविक, कपटरहित प्रेम गर्छ उसले सद्गुरुदेव र ईश्वरको कृपा, आशीर्वाद र अनुकम्पा पनि अवश्यै पाउँछ। हाम्रो अन्तःष्करणदेखिको प्रेमको भोको हुनुहुन्छ गुरुदेव, हाम्रा भावमय प्रेमको भोको हुनुहुन्छ ईश्वर। जसले यस रहस्यलाई बुझ्केको छ उसले नै गुरुदेव र ईश्वरलाई साँचो प्रेम गर्न सक्दछ। जसले साँचो प्रेम गर्न सक्यो उसले त पाउँछ पाउँछ, अन्यलाई पनि उसले बाँड्न सक्छ। यही प्रक्रिया नै अध्यात्मको विषय हो, वास्तविकता हो। बिना प्रेम र भक्तिको पूजापाठ, जप, ध्यान, व्रत, उपासनाबाट अपेक्षित लाभ हासिल हुँदैन। यस कुरालाई कतिपयले व्यवहारिकरुपमा पनि अनुभव गरेकै हुनुपर्छ। जहाँ गुरुदेवका लागि प्रेम हुन्छ त्यहाँ कुनै पनि कुरा, साधनादि निष्फल हुँदैन। यसलाई पनि धेरै सत्यानुरागीले अनुभव गर्न भ्याउनु भएकै होला। गुरुप्रति गर्ने सच्चा प्रेममा नै चरम आनन्द हुन्छ, परम आनन्द हुन्छ। यही प्रेम नै हाम्रो लागि सच्चा साथी हुन्छ, यसैले हामीलाई भवसागरबाट पार लान्छ। त्यसैले हामीले भित्रैदेखि गुरु र ईश्वरप्रति प्रेम दर्शाउने अभ्यास गर्नु परेको छ। संसारमा रम्ने हाम्रो मनोवृत्तिलाई सच्चा ज्ञान दिएर ईश्वर र गुरुमा रम्न दिने अभ्यास गर्नुछ। संसारको अनित्यतालाई बुझ्रेर सदा नित्य रहने, सदा एकरस, अक्षय, अद्वितीय, अचिन्तय, विकाररहित, करुणामय, अप्रतिम सद्गुरुदेव र ईश्वरमा हाम्रो प्रेम सच्चा भयो भने तब हाम्रो उत्थान शुरु हुन्छ, हामीलाई पनि ईश्वर र गुरुको अलभ्य प्रेम उपलब्ध हुन थाल्छ। यही नै तन्त्र हो, यही नै वास्तविकरुपमा तान्त्रिक हुनु हो। यसै वास्तविकताको धरातल नै तन्त्र मार्गको सच्चा पहिचान हो। यस अवधारणाको जगमा बसेर कोही पनि कतै पनि सफल हुन सक्छ। आध्यात्मिक र भौतिक सन्तुलनको मेरुदण्ड यही अवधारणा हो किनकि गुरु र ईश्वरलाई सच्चारुपमा प्रेम नगरी कसैलाई केही प्राप्त हुँदैन। प्रेम बिना त संसार अपूर्ण छ, प्रेम बिना त कुनै पनि विधि, साधन, माध्यम अपूर्ण छ। कुनै पनि काममा जतिसुकै मनोयोग, बुद्धियोग लगाए पनि प्रेम बिना त्यसबाट पूर्ण सफलता मिल्न सक्दैन। प्रेम र भक्तिपूर्वक गरिएको काममा मनोयोग, बुद्धियोगले सुनमा सुगन्ध थपिदिन्छ र त्यहाँ सफलता, पूर्णता रहन्छ।

यही रहस्यलाई बुझ्रेर हामी अघि बढ्नुछ। गुरुप्रति, ईश्वरप्रति पूरा मनोवेगले प्रेम गरौं, श्रद्धा, भक्तिले प्रेम गरौं, अन्तःष्करणदेखि नै प्रेम गरौं, भित्री हृदयबाटै प्रेम गरौं, हाम्रो प्रेममा कुनै खोट नरहोस्, हाम्रो प्रेममा कुनै अभाव नरहोस्, कुनै विकार नरहोस्, कुनै स्वार्थ नरहोस्। तब मात्र हामीले अध्यात्म जगत्मा आफ्नो पहिचान कायम गर्न सक्दछौं, तब मात्र हामीले आफ्नो स्वलाई मेटेर गुरुमा समर्पित हुन सक्दछौं, तब मात्र हामी साँचोरुपमा तन्त्रमा अघि बढ्न सक्दछौं। यही गतिलाई स्थिर राख्नु छ। अस्तु।